



Sano Italiano
gusto in tempo

SANO ITALIANO È...



*Eugenio
Botti*



UNA CHEF
CASA E CUCINA

Executive chef diplomata presso la scuola di Losanna, ai fornelli da 25 anni, ama le tradizioni: quella delle cose buone e cucinate "espresso" e quella modenese di famiglia, nata con la trisnonna nel 1870 e arrivata a ben 5 generazioni di cuoche.

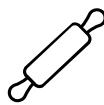
*Francesco
Figliomeni*



QUALITY AUDITOR
PER LA BONTÀ
INTELLIGENTE

Ingegnere elettronico con la passione per la cucina: una miscela di competenze irresistibile che lo porta a immaginare una cucina nuova, in cui slow food e qualità sposano servizio rapido e funzionalità, a prezzi accessibili.

*Cucina
Espressa*



TRADIZIONE
E TECNOLOGIA

Veloce, sana, italiana e per tutti i gusti! La nostra cucina è fatta di ingredienti freschi e genuini, con piatti preparati al momento, secondo le esigenze e i gusti dei nostri clienti e con un pizzico di tecnologia, per renderla rapida ma salutare con cotture senza olio, a vapore e in grado di preservare gusto, leggerezza e la qualità di ciò che mangiamo.



06 BRUNCH TIME



07 STREET FOOD  



08 INSALATE E UOVA  



09 APERITIVO  



10 PIATTI UNICI  



12 MAXI TIGELLE 



14 FARCITI ARTIGIANALI  



16 SNACK DOLCI  



18 CAFFÈ E INFUSI 



22 BEVANDE E SMOOTHIES 

Ricette per diete particolari:



senza glutine



vegane

BRUNCH TIME

Due menù perfetti per iniziare la giornata facendo il pieno di energia e relax.

7,00 ENERGY

uova strapazzate (cotte a vapore) o sode, pane tostato, succo di frutta, caffè

7,00 TOSTO

uova strapazzate (cotte a vapore) con pancetta, pane tostato, bibita a scelta

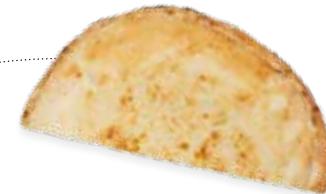


STREET FOOD

Una scelta di stuzzichini da gustare in qualsiasi momento, anche a passeggio.

3,50

CALZONE



2,50

TRANCIO
MARGHERITA

7,50

PIZZA ALLA PALA
circa 750g

margherita;
cotto e mozzarella;
pom., mozzarella, prosc. cotto;
bianca con funghi;
bianca con pancetta

5,00

PIZZETTA SENZA GLUTINE



4,50

"BANDIDOS"
CROCCANTI FILETTI DI POLLO

2,20

PATATE FRITTE

+0,80 €

2,50

PATATE ARROSTO



1,00

STICK DI PARMIGIANO

2,20

ERBAZZONE

5,80 €



INSALATE E UOVA



Ingredienti freschi tutti da mixare.

Vegana, senza glutine o super ricca? A te la scelta!

INSALATA

+1,50 €

6,40

FARRO

1,00

UOVO SODO



4,00

UOVA STRAPAZZATE

1,80

COMPONI A TUA SCELTA
CON 3 INGREDIENTI:
+0,70 € per ogni aggiunta
+1 € con bibita e tigella

funghi cotti, mozzarella, scaglie
di Parmigiano, petto di pollo,
prosciutto cotto, ricotta, fontina,
salame, tonno, uovo sodo,
salmone

carciofini cotti, cipolla fresca,
pomodoro fresco, rucola,
spinaci freschi
carote julienne, cipolline
agrodolci, fagioli cannellini,
funghi cotti, mais, noci, olive
nere, patate al vapore, tofu, farro

Stop alla solita insalata!



APERITIVO



Piatti da condividere per gustare un momento di leggerezza
e allegria in compagnia.

3,00

SANO ITALIANO

prosecco
stick di Parmigiano

11,90

PIATTO AMICIZIA

un goloso piatto finger food
da condividere

Ideale per un aperitivo stuzzicante
o una merenda con gli amici!



VOGLIA DI UN FRESCO COCKTAIL?
PROVA I NOSTRI SMOOTHIES
ALLA FRUTTA IN VERSIONE ALCOLICA!
Li trovi a pag 22.

Più di 30.000 combinazioni di ingredienti.



PIATTI UNICI

Piatti di carne, pesce e verdure, nutrizionalmente bilanciati e serviti con le nostre tigelle speciali.



IN ACCOMPAGNAMENTO 2 TIGELLE VUOTE

Le patate in accompagnamento sono a tua scelta tra fritte, al vapore o arrosto.

MILANESE

+1 €

SVIZZERO tradizionale

+1 €

9,90

cotoletta di filetto di pollo 180 gr, insalata di mista, patate fritte

CONTADINO

maxi hamburger di manzo italiano oppure burger vegano, insalata mista e cipolla agrodolce, patate arrosto

TERRA MARE

salsiccia alla griglia, patate fritte, insalata mista e cipolla agrodolce

CLUB TIGELLA

croccanti bocconi di baccalà, insalata mista e pomodori, patate fritte

La prima tigella a strati per un sapore tutto unico, patate fritte

VECCIA MODENA

+1 €

PARMIGIANA

+1 €

NORDICO

+1 €

ENERGETICO

+1 €

LEGGERO

CON SOLO 1 € IN PIÙ:
Coca Cola, Fanta, Sprite,
50 cl acqua o Estathè.

sottili fette di buon prosciutto crudo, scaglie di Parmigiano e una pallina di pesto modenese

melanzane alla parmigiana light, una morbida porzione di ricotta, patate al vapore

carpaccio di salmone, uovo sodo, insalata mista, patate al vapore

insalata di spinaci, noci, scaglie di Parmigiano, prosciutto crudo

petto di pollo marinato e cotto arrosto, insalata mista, patate al vapore





La nostra specialità: una tigella di ben 14 cm in tante varianti gourmet!

3,90 TIGEL DOGGY



il più originale degli hot dog
con würstel di pollo, maionese
e ketchup



hamburger non ti temo!

6,90



TIGEL BURGER
AVIATORE

una golosa e croccante cotoletta
di pollo con fontina, insalata
e maionese speziata

TIGEL BURGER
MERAVIGLIOVO

Burger di uovo strapazzato,
pancetta croccante e un tocco
di insalata

TIGEL BURGER
MODENESE

hamburger 180 gr di manzo,
scaglie di Parmigiano, insalata,
pomodoro fresco e glassa
di aceto balsamico

TIGEL BURGER
ORTOLANO

burger vegetariano, verdura
grigliata, salsa di cipolla
all'aceto balsamico

TIGEL BURGER
PARMIGIANINO

salsa di pomodori secchi,
burger di melanzane,
Parmigiano e fontina filanti,
prosciutto cotto

TIGEL BURGER
RUSTICO

salsiccia grigliata, cipolla
tropea fresca, insalata,
maionese

TIGEL BURGER
TIROLESE

un morbido tomino, croccante
speck, funghi e...
la nostra salsa speciale!

FARCITI ARTIGIANALI

Focacce, piadine e tigelle fatte da noi con ingredienti genuini.
Chiedile in versione vegana o senza glutine!



2,00 TIGELLA
ALLA BIRRA

3,50 FOCACCIA
BIANCA

4,50 TIGELLONE
ALLA BIRRA

4,90 PIADINA BIANCA
O INTEGRALE BIO

7,00 FOCACCIA
AL ROSMARINO

DA FARCIRE A TUA SCELTA
CON 3 INGREDIENTI:
+ 0,70 € per ogni aggiunta

stracchino

ciccioli, fontina, gorgonzola,
pancetta, salsiccia, scamorza,
bresaola, funghi cotti,
insalata, mortadella,
mozzarella, parmigiano,
peperoni cotti,
pesto alla modenese,
porchetta, prosciutto cotto,
prosciutto crudo, ricotta,
salame, salmone, speck,
tonno, uovo sodo

carciofini cotti, cipolla fresca,
pomodoro fresco, rucola,
verdura grigliata, spinaci
freschi, carote julienne,
cipolline agrodolci,
fagioli cannellini, funghi cotti,
mais, noci, olive nere,
patate al vapore, tofu

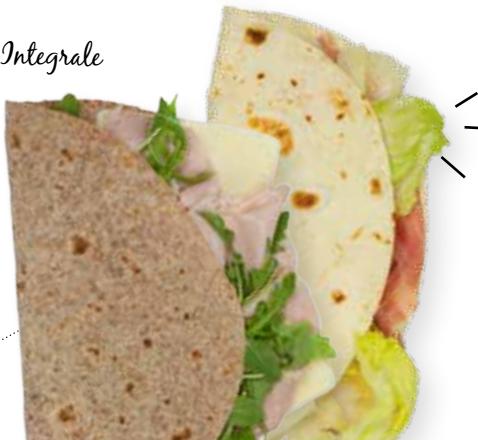
GIÀ FARCITI

7,80€ DEGUSTAZIONE
TIGELLE

pancetta e Parmigiano;
pesto modenese e Parmigiano;
crudo;
stracchino e rucola

CON SOLO 1 € IN PIÙ AGGIUNGI:
Coca Cola, Fanta, Sprite, acqua 50 cl o Estathè.

Integrale



SNACK DOLCI

Più dolcezza per tutti, anche per chi segue diete particolari.

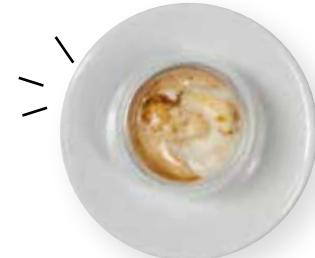
4,00	TARTUFO NOCCIOLA	semifreddo alla nocciola con cuore di cioccolato liquido, decorato con nocciole pralinate e meringa	3,00	TORTA DELLA NONNA	pasta frolla con crema pasticcera al limone, ricoperta con pinoli e mandorle
3,90	SEMIFREDDO AL TORRONCINO	semifreddo al torroncino con granella di nocciole pralinate e meringa	3,90	CHEESE CAKE	pan di Spagna con crema di formaggio e fragoline
3,00	TIRAMISÙ SAVOIARDI	crema al mascarpone e savoiardi inzuppati al caffè	4,00	CHOCOLATE FONDANT	pan di Spagna al cacao con crema al puro cioccolato decorata con glassa e scaglie di cioccolato
2,90	MERINGA	meringa farcita con crema al gusto vaniglia	2,50	CROSTATA ARTIGIANALE	di amarene brusche di Modena
3,90	TORTINO RICOTTA E CIOCCOLATO	morbidi biscotti al cacao, nocciola e gocce di cioccolato con crema alla ricotta	2,80	CROSTATINE	vari gusti
4,00	CREMA CATALANA	crema ricoperta di zucchero caramellato	2,00	CREMA DI YOGURT BIO	
4,50	SOUFFLÈ AL CIOCCOLATO	soufflè con cuore di cioccolato fuso	2,50	CREMA DI YOGURT AI CEREALI O MUESLI O GLASSA	
4,50	SOUFFLÈ AL CIOCCOLATO BIANCO	soufflè con cioccolato fondente con cacao monorigine dell'Ecuador e un cuore di cioccolato bianco fuso	1,90	MUFFIN	doppio cioccolato cioccolato bianco mela e cannella mirtilli cioccolato +0,90 € frutti di bosco +0,90 €
2,50	CRÊPE ALLA NUTELLA				

CAFFÈ E INFUSI



Espressi

1,10	ESPRESSO RISERVA BIO	tenore di caffeina inferiore all'1% da agricoltura biologica
2,20	ESPRESSO DOPPIO BIO	
1,60	ESPRESSO CON PANNA	espresso riserva Bio, panna montata
1,60	ESPRESSO CORRETTO	liquore a scelta
1,60	MOKACCINO	espresso riserva Bio, pas-ciok, crema di latte, pas ciok in polvere
2,50	CAFFÈ CONFUSO	espresso riserva Bio, crema confuso, pas-ciok in polvere, croccantino
3,00	SANO ITALIANO	cioccolato bianco, espresso Bio, panna montata, zabon
1,30	ORZO BIO +0,20 € in tazza grande	
1,30	GINSENG +0,20 € in tazza grande	



Espressini

1,30	ESPRESSINO	espresso riserva Bio, crema di latte, pas-ciok in polvere
1,30	ESPRESSINO CARAMEL	espresso riserva Bio, crema di latte, sciroppo di caramello
1,80	ESPRESSINO GIANDUIO	crema gianduia, espresso Bio, crema di latte, panna montata, granella e sciroppo di nocciola
1,60	ESPRESSINO FREDDO LIGHT	espresso riserva Bio, crema di latte light montata fredda, zucchero a richiesta
1,60	ESPRESSINO FREDDO LIGHT CIOCCOLATO	espresso riserva Bio, crema di latte light montata fredda, zucchero a richiesta, sciroppo di cioccolato
2,00	ESPRESSINO SORBETTO	crema ghiacciata al caffè



CAFFÈ E INFUSI



Cappuccini

1,40 CAPPUCINO espresso riserva bio, latte, crema di latte

2,40 CAPPUCIONE doppio cappuccino

1,50 CAPPUCINO ORZO orzo Bio, latte, crema di latte

1,60 CAPPUCINO SOIA espresso riserva Bio, latte di soia

1,60 CAPPUCINO MANDORLE

Cioccolato caldo

2,50 PAS-CIOK NERO

3,00 PAS-CIOK PANNA pas-ciok, panna montata

3,00 PAS-CIOK CONFUSO pas-ciok, crema confuso, amaretti

3,00 PAS-CIOK NUT&CREAM pas-ciok, panna montata, granella e sciroppo di nocciole

Freddi

2,00 ICED CAFFELATTE espresso Bio, latte, ghiaccio

2,00 SHAKERATO espresso riserva Bio, ghiaccio, zucchero di canna

3,50 FRASPUCCIO CONFUSO espresso riserva Bio, ghiaccio, zucchero di canna, crema confusa, granella di amaretto

Infusi e tè

2,80 INFUSI E TÈ CON FILTRO A PIRAMIDE

tè verde al gelsomino
tè verde con ciliegie
tè nero speziato
tè nero cioccolato e menta
tè nero
tè rosso
rooibos ananas e cocco
rooibos agrumi e fiori
frutti di bosco
digestivo
foglie di menta
fiori di camomilla

senza zucchero
verde
limone
pesca

BEVANDE E SMOOTHIES

Smoothies

Provali anche in versione alcolica!



4,90

BERRY GO ROUND

lampone, fragola, mora,
succo di mela
7,50 € + rum bianco, triple sec

MELON REFRESHER

melone, fragola, mango,
succo di mela
7,50 € + rum bianco, triple sec



GRAPE ESCAPE

uva, fragola, banana, mirtillo,
succo di mela
7,50 € + birra chiara

SON OF A PEACH

pesca, fragola, succo di mela
7,50 € + aperol, campari

PASH'N SHOOT

frutto della passione, ananas,
mango, succo di mela
7,50 € + rum bianco, triple sec

STRAWBERRY SPLIT

fragola, banana, succo di mela
7,50 € + rum bianco, triple sec

BIG 5

ananas, mango, kiwi, fragola,
succo di mela
7,50 € + prosecco

TROPICAL COLADA

banana, cocco, ananas,
succo di mela
7,50 € + rum bianco

Squisiti mix con antiossidanti naturali. 



Bevande

1,00 BIBITE

Acqua 0,5 lt
Coca-Cola/Coca-Cola Zero
Fanta
in lattina da 0,25 lt
Estate limone/pesca in brick

1,50 ACQUA 1,5 LT

2,00 BIBITE
IN VETRO 0,33 LT

Aloe vera
Coca-Cola/Coca Zero
Fanta/Sprite

2,50 BIBITE IN PET
Coca-Cola/Coca-Cola Zero

2,60 BIBITE BIO
Chinotto
Gassosa
Tonica

2,00 SUCCHI 100% FRUTTA
Gusti assortiti

2,50 SUCCO DI MELA

3,00 SUCCO BIO MIRTILLO

3,00 RED BULL

BEVANDE E SMOOTHIES



Birra artigianale

	BIOLCA 5,0% vol. Amaro (IBU): 20	prima birra biologica certificata prodotta in Emilia Romagna, è una Golden Ale dal colore dorato, schiuma fine e mediamente persistente.
4,50	UTOPIA 5,5% vol. Amaro (IBU): 27	Saison dal colore oro brillante e dalla schiuma bianca e duratura.
	FABULA 6,5% vol. Amaro (IBU): 23	Belgian Ale ispirata a uno stile trappista dal gusto forte ma molto fruttato, colore ambrato.
	RAJAH 6,5% vol. Amaro (IBU): 65	Black Rye American IPA, brassata con segale. Aroma complesso con note di cedro, uva spina e mora.
6,00	RYE CHARLES 6,9% vol. Amaro (IBU): 55	Black Rye American IPA, brassata con segale. Aroma complesso con note di cedro, uva spina e mora.
3,50	PERONI 	nata selezionando ingredienti italiani di primissima qualità, con un contenuto di glutine inferiore ai 10 ppm (parti per milione).
3,50 33 cl		una birra di puro malto brassata alla "maniera tedesca", ma 100% italiana. Prevede l'utilizzo di materie prime altamente selezionate.
4,50 66 cl	ITALICA 5.0	

Vini bianchi

2,50 0,25 cl	QB CHARDONNAY
2,50 0,25 cl	QB PIGNOLETTO

Vini rossi

2,50 0,20 cl	CIV&CIV LAMBRUSCO
2,50 0,25 cl	QB SANGIOVESE

Bollicine

3,00	PROSECCO
18,00 bottiglia	ATMOSFERA 3.5

ATMOSFERA 3.5 è la pressione minima che uno spumante di qualità deve presentare, all'apertura della bottiglia ad una temperatura di 20° C. Il Prosecco è un Valdobbiadene superiore D.O.C.G.

ARRIVEDERCI
ALLA PROSSIMA PAUSA!

Ti aspettiamo con piatti sempre freschi
da gustare a cuor leggero.





Nella nostra cucina
non c'è buono senza Sano!
Piatti golosi e gustose ispirazioni
per tutti, con ingredienti freschi
e preparazioni artigianali.

sanoitaliano.it

