

Le proposte di Plato Dolci

Yogurt

Greco al naturale senza zuccheri aggiunti € 5,00

Greco al naturale senza zuccheri aggiunti,
semi di chia, semi di lino, frutti di bosco e mandorle € 5,50

Greco senza zuccheri aggiunti con granola homemade, noci, bacche di goji € 5,50

Torte

Barbabietola e cacao € 4,00

Carote, curcuma e mandorle € 4,00

Super Croissant

Il primo croissant al mondo di farina di farro integrale, realizzato utilizzando solo burro chiarificato. Fatto in casa, fresco ogni giorno. Farcito al momento con una crema a scelta: crema di nocciole fatta in casa, crema pasticcera o marmellata di arance amara € 3,00

Le proposte di Plato Salate

Pan di Plato € 3,00

Focaccia 100% integrale macinata a pietra

Pan di Plato e culatello € 8,00

L'originale focaccia di Plato. Con farina integrale macinata a pietra e lievitata quattro volte, culatello, spinacino novello e spuma di mozzarella di bufala fresca

Omelette alle verdure € 8,50

Farcita con verdure di stagione e semi di chia

Omelette € 7,50

Classica con erba cipollina

Riso Ermes con salmone scottato € 10,00

Riso ermes rosso con salmone scottato alla chia bianca, crudité di verdure di stagione, dressing al timo e pinoli

Vellutata di zucca € 8,00

con tofu arrostito alla curcuma, julienne di radicchio scottato con aceto di vino rosso, scologno arrostito al forno e riso ermes

All Day Menu

LA PROPOSTA PLATO ALL DAY MENU
È IDEALE PER OGNI MOMENTO
DELLA GIORNATA.



PLATOMILANO.COM

Caffetteria

Espresso	€ 1,10	Latte macchiato	€ 2,20
Espresso doppio	€ 2,00	Latte macchiato vegetale <i>soia, mandorla, riso, senza zucchero</i>	€ 2,40
Caffè Americano	€ 2,50	Latte	€ 1,50
Decaffeinato	€ 1,30	Latte vegetale <i>soia, mandorla, riso, senza zucchero</i>	€ 1,70
Marocchino	€ 1,50	Orzo	€ 1,80
Cappuccino	€ 2,00	Ginseng	€ 1,80
Cappuccino vegetale <i>soia, mandorla, riso, senza zucchero</i>	€ 2,30	Cioccolata con panna	€ 5,00
Caffè shakerato	€ 3,00	Golden Milk	€ 5,00



Drinks

Bibite in bottiglia	€ 4,00	Vini al calice	€ 6,00
Pure Tonic		Prosecco Perlage Extra Dry Biologico	
Ginger Beer		Chardonnay Haremann Donà	
Cola Bio		Dolcetto Punsett	
Tè verde freddo bio al limone e zenzero		Birra Artigianale Pilsner	€ 7,00
Tè verde freddo bio alla menta e lemon grass		Acqua 0,50 L	€ 1,00



Estratti

Melograno, acerola	€ 6,00	Mirtilli, rosmarino e lime	€ 4,00
Mela, lattuga, uva spina, acerola, cavolo nero, spirulina, prezzemolo, the verde matcha	€ 6,00	Cetriolo, menta, zenzero e limone	€ 4,00
Mela, arancia, carota, uva spina, acerola, zenzero	€ 6,00	Lamponi, sedano, mela e limone	€ 4,00
Spremuta	€ 4,50		

Alcuni prodotti freschi vengono sottoposti ad abbattimento rapido di temperatura, come descritto nelle procedure del Manuale di Gestione della Sicurezza Alimentare mediante Sistema HACCP ai sensi del Reg. CE 852/04 e Reg. CE 853/04. Merluzzo e crostacei possono essere abbattuti a bordo ai sensi del Reg. CE 853/04.

Cosa sono i Veli?

I Veli sono sottili sfoglie di farine speciali, prive di lievito e glutine, che contengono tesori alimentari golosi e utili al tuo benessere: **i superfood**.

Cosa sono i Superfood?

I superfood sono **alimenti naturali** ricchi di nutrienti utili al nostro fabbisogno giornaliero di vitamine, minerali, antiossidanti e fibre. Questi **concentrati di benessere**, insieme ad una dieta varia e rispettosa della stagionalità degli ingredienti, regalano **l'energia e la concentrazione** necessarie ad affrontare le sfide di ogni giorno.

I Veli dolci

Bis di Veli Sorrento	€ 8,00
Bis di veli con tris di arancia: tagliata a vivo, essicata e in marmellata. Serviti con granella di noci di Sorrento	
Bis di Veli Il Moro	€ 8,00
Bis di veli con crema di nocciole fatta in casa, senza latte, e frutti di bosco freschi	

I Veli salati

Bis di Veli Matcha Salmon	€ 10,00
con salmone fresco, tagliatelle zucchine e salsa Plato al the matcha	
Bis di Veli Tre crunch di verdure (Ricetta Vegetariana)	€ 9,50
con couscous croccante di cavolfiore, pesto di prugne e noci di macadamia. <i>Un consiglio: arricchiscilo con scaglie di Parmigiano Reggiano</i>	
Bis di Veli Manzo e Pak Choi	€ 10,00
con manzo speziato, cavolo pakchoi, crema al sesamo e mirtilli freschi	

Per la tutela della salute del consumatore, i prodotti della pesca somministrati crudi o praticamente crudi in questo esercizio (es: crudi, marinati, affumicati), sono sottoposti ad abbattimento rapido di temperatura ai fini sanitari, ai sensi del Reg. CE 853/04 e della Circolare Ministero della Salute 17/02/2011. Il consumatore è pregato di comunicare al personale di sala la necessità di consumare alimenti privi di determinate sostanze allergiche prima dell'ordinazione.