

MENÙ

- Italiano
- English
- Deutsch
- Français
- Español

MENÙ- ITALIANO

Tagliere di salumi tipici

Carboidrati	0g
Proteine	23g
Lipidi	35g
Fibre	0g

ALTO
MEDIO-ALTO
MEDIO
MEDIO-BASSO
BASSO

CARICO GLICEMICO

Prosciutto di San Daniele riserva 24 mesi con frico croccante

Carboidrati	3g
Proteine	33g
Grassi	27g
Fibre	0g

ALTO
MEDIO-ALTO
MEDIO
MEDIO-BASSO
BASSO

CARICO GLICEMICO

Selezione di formaggi con miele e mostarda

Carboidrati	10g
Proteine	23g
Grassi	27g
Fibre	0g

ALTO
MEDIO-ALTO
MEDIO
MEDIO-BASSO
BASSO

CARICO GLICEMICO

Frico con Polenta di Socchieve e Soppressa

Carboidrati	7g
Proteine	50g
Lipidi	54g
Fibre	0g

ALTO
MEDIO-ALTO
MEDIO
MEDIO-BASSO
BASSO

CARICO GLICEMICO

Mozzarella di Bufala con pomodori e olive

Carboidrati	5g
Proteine	23g
Grassi	49g
Fibre	3g



CARICO GLICEMICO

Vitello tonnato con piccoli sottaceti della casa

Carboidrati	1g
Proteine	32g
Grassi	28g
Fibre	1g



CARICO GLICEMICO

Code di gambero lessate con insalata di fagiolini, peperoni arrostiti, rucola e sesamo

Carboidrati	8g
Proteine	12g
Lipidi	18g
Fibre	4g



CARICO GLICEMICO

Candele di Gragnano con polpette di carne al sugo e basilico

Carboidrati	84g
Proteine	33g
Grassi	9g
Fibre	4g



CARICO GLICEMICO

Riso Venere tiepido con ortaggi di stagione e mandorle

Carboidrati	55g
Proteine	11g
Grassi	13g
Fibre	8g



CARICO GLICEMICO

Controfiletto di manzo irlandese con patate al forno

Carboidrati	27g
Proteine	40g
Lipidi	29g
Fibre	2g



CARICO GLICEMICO

Pesce del giorno con verdure saltate

Carboidrati	6g
Proteine	29g
Grassi	21g
Fibre	4g



CARICO GLICEMICO

Stinco di vitello al forno, melanzane all'origano e dadolata di pomodoro fresco

Carboidrati	4g
Proteine	32g
Grassi	22g
Fibre	3g



CARICO GLICEMICO

Insalata mista

Carboidrati	4g
Proteine	1g
Lipidi	0g
Fibre	2g



CARICO GLICEMICO

Patate al forno

Carboidrati	27g
Proteine	3g
Grassi	10g
Fibre	2g



CARICO GLICEMICO

Verdure saltate

Carboidrati	5g
Proteine	3g
Grassi	10g
Fibre	4g



CARICO GLICEMICO

Gubana

Carboidrati	45g
Proteine	5g
Grassi	11g
Fibre	2g



CARICO GLICEMICO

Coppa Ambassador

Carboidrati	41g
Proteine	6g
Grassi	17g
Fibre	2g



CARICO GLICEMICO

MENÙ - ENGLISH

Selection of regional cold cuts

Carbs	0g
Protein	23g
Fats	35g
Fibers	0g

HIGH
MEDIUM-HIGH
MEDIUM
MEDIUM-LOW
LOW

GLYCEMIC LOAD

San Daniele reserve ham 24 months with crispy Frico

Carbs	3g
Protein	33g
Fats	27g
Fibers	0g

HIGH
MEDIUM-HIGH
MEDIUM
MEDIUM-LOW
LOW

GLYCEMIC LOAD

Cheese selection with honey and mustard

Carbs	10g
Protein	23g
Fats	27g
Fibers	0g

HIGH
MEDIUM-HIGH
MEDIUM
MEDIUM-LOW
LOW

GLYCEMIC LOAD

Frico served with polenta and sopressa

Carbs	7g
Protein	50g
Fats	54g
Fibers	0g

HIGH
MEDIUM-HIGH
MEDIUM
MEDIUM-LOW
LOW

GLYCEMIC LOAD

Buffalo Mozzarella with Tomatoes and Olives

Carbs	5g
Protein	23g
Fats	49g
Fibers	3g



GLYCEMIC LOAD

Vitello Tonnato with Homemade Pickled Vegetables

Carbs	1g
Protein	32g
Fats	28g
Fibers	1g



GLYCEMIC LOAD

Boiled Prawn Tails with Green Bean Salad, Roasted Peppers, Rucola and Sesame

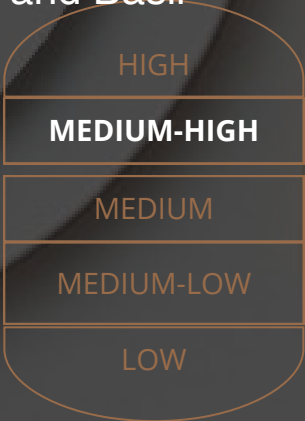
Carbs	8g
Protein	12g
Fats	18g
Fibers	4g



GLYCEMIC INDEX

Gragnano Pasta with Meatballs in Tomato Sauce and Basil

Carbs	84g
Protein	33g
Fats	9g
Fibers	4g



GLYCEMIC LOAD

Warm Venere Black Rice with Seasonal Vegetables and Almonds

Carbs	30g
Protein	16g
Fats	30g
Fibers	2g



GLYCEMIC LOAD

Irish beef sirloin with baked potatoes

Carbs	27g
Protein	40g
Fats	29g
Fibers	2g



GLYCEMIC LOAD

Fish of the day with sautéed vegetables

Carbs	6g
Protein	29g
Fats	21g
Fibers	4g



GLYCEMIC LOAD

Oven-Baked Veal Shank with Oregano Eggplant and Fresh Diced Tomato

Carbs	4g
Protein	32g
Fats	22g
Fibers	3g



GLYCEMIC LOAD

Mixed salad

Carbs	4g
Protein	1g
Fats	0g
Fibers	2g



GLYCEMIC LOAD

Baked potatoes

Carbs	27g
Protein	3g
Fats	10g
Fibers	2g



GLYCEMIC LOAD

Sautéed vegetables

Carbs	5g
Protein	3g
Fats	10g
Fibers	4g



GLYCEMIC LOAD

Gubana

Carbs	45g
Protein	5g
Fats	11g
Fibers	2g



GLYCEMIC LOAD

Ambassador cup

Carbs	41g
Protein	6g
Fats	17g
Fibers	2g



GLYCEMIC LOAD

MENÜ- DEUTSCH

Schneidebrett für regionale Wurstwaren

Kohlenhydrate	0g
Protein	23g
Lipide	35g
Ballaststoffe	0g

HOCH
MITTEL-HOCH
MITTEL
MITTEL-NIEDRIG
NIEDRIG

San Daniele Schinken Reserve 24 Monate mit knusprigem Frico

Kohlenhydrate	3g
Protein	33g
Lipide	27g
Ballaststoffe	0g

HOCH
MITTEL-HOCH
MITTEL
MITTEL-NIEDRIG
NIEDRIG

Käseauswahl gemischt mit Honig und Senf

Kohlenhydrate	10g
Protein	23g
Lipide	27g
Ballaststoffe	0g

HOCH
MITTEL-HOCH
MITTEL
MITTEL-NIEDRIG
NIEDRIG

Frico mit Polenta und Sopressa

Kohlenhydrate	7g
Protein	50g
Lipide	54g
Ballaststoffe	0g

HOCH
MITTEL-HOCH
MITTEL
MITTEL-NIEDRIG
NIEDRIG

GLYKÄMISCHER INDEX GLYKÄMISCHER INDEX GLYKÄMISCHER INDEX

Büffelmozzarella mit Tomaten und Oliven

Kohlenhydrate	5g
Protein	23g
Lipide	49g
Ballaststoffe	3g



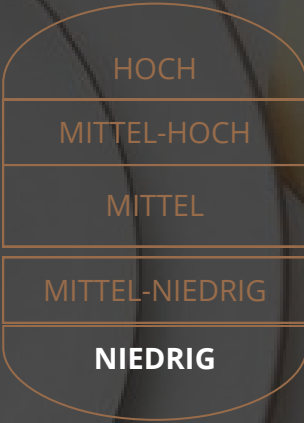
Vitello Tonnato mit hausgemachtem eingelegtem Gemüse

Kohlenhydrate	1g
Protein	32g
Lipide	28g
Ballaststoffe	1g



Gekochte Garnelenschwänze mit Bohnensalat, gerösteten Paprika, Rucola und Sesam

Kohlenhydrate	8g
Protein	12g
Lipide	18g
Ballaststoffe	4g



Pasta aus Gragnano mit Fleischbällchen in Tomatensauce und Basilikum

Kohlenhydrate	84g
Protein	33g
Lipide	9g
Ballaststoffe	4g



GLYKÄMISCHER INDEX GLYKÄMISCHER INDEX GLYKÄMISCHER INDEX GLYKÄMISCHER INDEX

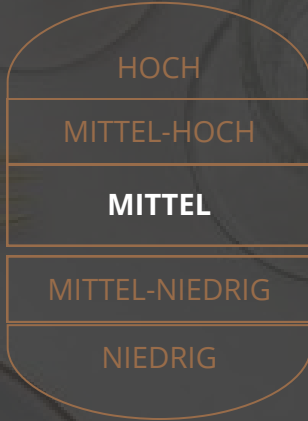
Lauwarm servierter Venere-Schwarzer Reis mit saisonalem Gemüse und Mandeln

Kohlenhydrate	30g
Protein	16g
Lipide	30g
Ballaststoffe	2g



Irishes Rinderlendenstück mit Ofenkartoffeln

Kohlenhydrate	27g
Protein	40g
Lipide	29g
Ballaststoffe	2g



Fisch des Tages mit sautiertem Gemüse

Kohlenhydrate	6g
Protein	29g
Lipide	21g
Ballaststoffe	4g



Im Ofen gebratene Kalbshaxe mit Oregano-Auberginen und frischen Tomatenwürfeln

Kohlenhydrate	4g
Protein	32g
Lipide	22g
Ballaststoffe	3g



GLYKÄMISCHER INDEX GLYKÄMISCHER INDEX GLYKÄMISCHER INDEX GLYKÄMISCHER INDEX

Gemischter Salat

Kohlenhydrate	4g
Protein	1g
Lipide	0g
Ballaststoffe	2g



Ofenkartoffeln

Kohlenhydrate	27g
Protein	3g
Lipide	10g
Ballaststoffe	2g



Sautiertes Gemüse

Kohlenhydrate	5g
Protein	3g
Lipide	10g
Ballaststoffe	4g



Gubana

Kohlenhydrate	45g
Protein	5g
Lipide	11g
Ballaststoffe	2g



GLYKÄMISCHER INDEX GLYKÄMISCHER INDEX GLYKÄMISCHER INDEX

Ambassador becher

Kohlenhydrate	41g
Protein	6g
Lipide	17g
Ballaststoffe	2g



CARICO GLICEMICO



MENU - FRANÇAIS

Planche de charcuterie typique

Glucides	0g
Protéines	23g
Lipides	35g
Fibres	0g

HAUT
MOYEN-HAUT
MOYEN
MOYEN-BAS
BAS

CHARGE GLYCÉMIQUE

Jmboan de San Daniele reserve 24 mois avec Frico croustillant

Glucides	3g
Protéines	33g
Lipides	27g
Fibres	0g

HAUT
MOYEN-HAUT
MOYEN
MOYEN-BAS
BAS

CHARGE GLYCÉMIQUE

Sélection de fromages au miel et moutarde

Glucides	10g
Protéines	23g
Lipides	27g
Fibres	0g

HAUT
MOYEN-HAUT
MOYEN
MOYEN-BAS
BAS

CHARGE GLYCÉMIQUE

Frico servi avec Polenta et Sopressa

Glucides	7g
Protéines	50g
Lipides	54g
Fibres	0g

HAUT
MOYEN-HAUT
MOYEN
MOYEN-BAS
BAS

CHARGE GLYCÉMIQUE

Mozzarella de Bufflonne avec tomates et olives

Glucides	5g
Protéines	23g
Lipides	49g
Fibres	3g



CHARGE GLYCÉMIQUE

Vitello tonnato avec petits pickles maison

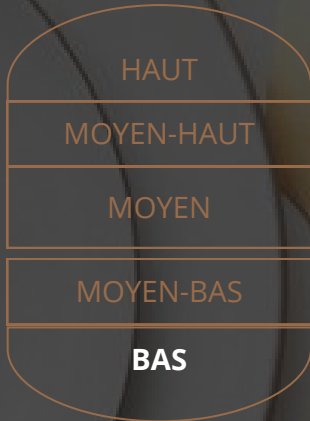
Glucides	1g
Protéines	32g
Lipides	28g
Fibres	1g



CHARGE GLYCÉMIQUE

Queues de crevettes pochées avec salade de haricots verts, poivrons rôtis, roquette et sésame

Glucides	8g
Protéines	12g
Lipides	18g
Fibres	4g



CHARGE GLYCÉMIQUE

Pâtes de Gragnano avec boulettes de viande, sauce tomate et basilic

Glucides	84g
Protéines	33g
Lipides	9g
Fibres	4g



CHARGE GLYCÉMIQUE

Riz Venere tiède avec légumes de saison et amandes

Glucides	30g
Protéines	16g
Lipides	30g
Fibres	2g



CHARGE GLYCÉMIQUE

Contre-filet de bœuf irlandais avec pommes de terre au four

Glucides	27g
Protéines	40g
Lipides	29g
Fibres	2g



CHARGE GLYCÉMIQUE

Poisson du jour avec légumes sautés

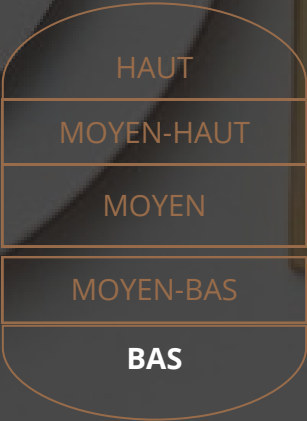
Glucides	6g
Protéines	29g
Lipides	21g
Fibres	4g



CHARGE GLYCÉMIQUE

Jarret de veau rôti au four, aubergines à l'origan et dés de tomate fraîche

Glucides	4g
Protéines	32g
Lipides	22g
Fibres	3g



CHARGE GLYCÉMIQUE

Salade mixte

Glucides	4g
Protéines	1g
Lipides	0g
Fibres	2g



CHARGE GLYCÉMIQUE

Pommes de terre au four

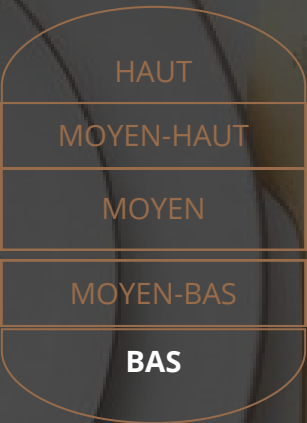
Glucides	27g
Protéines	3g
Lipides	10g
Fibres	2g



CHARGE GLYCÉMIQUE

Légumes sautés

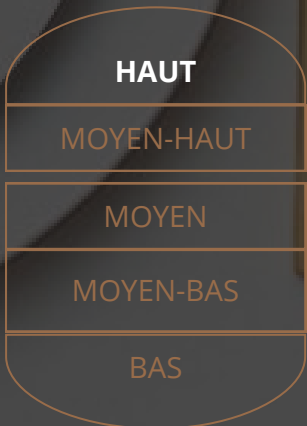
Glucides	5g
Protéines	3g
Lipides	10g
Fibres	4g



CHARGE GLYCÉMIQUE

Gubana

Glucides	45g
Protéines	5g
Lipides	11g
Fibres	2g



CHARGE GLYCÉMIQUE

Coupe Ambassador

Glucides	41g
Protéines	6g
Lipides	17g
Fibres	2g

HAUT

MOYEN-HAUT

MOYEN

MOYEN-BAS

BAS

CHARGE GLYCÉMIQUE



CARTA - ESPAÑOL

Tabla de embutidos típicos

Carbohidratos	0g
Proteínas	23g
Lípidos	35g
Fibras	0g

ALTO
MEDIO-ALTO
MEDIO
MEDIO-BASSO
BASSO

CARGA GLUCÉMICA

Jamón de San Daniele reserva 24 meses con Frico crujiente

Carbohidratos	3g
Proteínas	33g
Lípidos	27g
Fibras	0g

ALTO
MEDIO-ALTO
MEDIO
MEDIO-BAJO
BAJO

CARGA GLUCÉMICA

Selección de quesos con miel y mostaza

Carbohidratos	10g
Proteínas	23g
Lípidos	27g
Fibras	0g

ALTO
MEDIO-ALTO
MEDIO
MEDIO-BAJO
BAJO

CARGA GLUCÉMICA

Frico con polenta de Socchiude y Sopressa

Carbohidratos	7g
Proteínas	50g
Lípidos	54g
Fibras	0g

ALTO
MEDIO-ALTO
MEDIO
MEDIO-BAJO
BAJO

CARGA GLUCÉMICA

Mozzarella de búfala con tomates y aceitunas

Carbohidratos	5g
Proteínas	23g
Lípidos	49g
Fibras	3g



CARGA GLUCÉMICA

Vitello tonnato con encurtidos caseros y tomates cherry

Carbohidratos	1g
Proteínas	32g
Lípidos	28g
Fibras	1g



CARGA GLUCÉMICA

Colas de gambas hervidas con ensalada de judías verdes, pimientos asados, rúcula y sésamo

Carbohidratos	8g
Proteínas	12g
Lípidos	18g
Fibras	4g



CARGA GLUCÉMICA

Pasta de Gragnano con albóndigas en salsa de tomate y albahaca

Carbohidratos	84g
Proteínas	33g
Lípidos	9g
Fibras	4g



CARGA GLUCÉMICA

Arroz Venere templado con verduras de temporada y almendras

Carbohidratos	30g
Proteínas	16g
Lípidos	30g
Fibras	2g



CARGA GLUCÉMICA

Solomillo de ternera irlandesa a la parrilla, acompañado de papas al horno

Carbohidratos	27g
Proteínas	40g
Lípidos	29g
Fibras	2g



CARGA GLUCÉMICA

Pescado del día con verduras salteadas

Carbohidratos	6g
Proteínas	29g
Lípidos	21g
Fibras	4g



CARGA GLUCÉMICA

Codillo de ternera al horno con berenjenas al orégano y dados de tomate fresco

Carbohidratos	4g
Proteínas	32g
Lípidos	22g
Fibras	3g



CARGA GLUCÉMICA

Ensalda mixta

Carbohidratos	4g
Proteïnas	1g
Lípids	0g
Fibras	2g



CARGA GLUCÉMICA

Patatas asadas

Carbohidratos	27g
Proteïnas	3g
Lípids	10g
Fibras	2g



CARGA GLUCÉMICA

Verduras salteadas

Carbohidratos	5g
Proteïnas	3g
Lípids	10g
Fibras	4g



CARGA GLUCÉMICA

Gubana

Carbohidratos	45g
Proteïnas	5g
Lípids	11g
Fibras	2g



CARGA GLUCÉMICA

Copa Ambassador

Carbohidratos	41g
Proteínas	6g
Lípidos	17g
Fibras	2g

ALTO
MEDIO-ALTO
MEDIO
MEDIO-BAJO
BAJO

CARGA GLUCÉMICA