

CAMPUS SELF SERVICE

Parma



Prodotti per esigenze alimentari particolari, quali menù senza glutine, sono disponibili previa richiesta.

È possibile utilizzare alcuni spazi della mensa come aula studio, con orario dalle 8.30 alle 17.00.

PREZZI OFFERTI

Studenti ER.GO	LISTINO PASTI COMPOSIZIONI A PREZZI PREDEFINITI	
	<ul style="list-style-type: none">● Piatto unico o insalatona: <u>1 piatto componibile o composto</u> a scelta (o mix corrispondente in volume) fra:<ul style="list-style-type: none">- 2 fonti amidacee base (“cereali in chicco” o pasta secca, 60 g, peso a crudo)- 2 fonti proteiche semplici vegetariane o vegane (es legumi freschi o sgocciolati, 100g)- 2 verdure (150 g o 60 g di verdura a foglia)	€ 4,50 Combinazione “41”
	<ul style="list-style-type: none">● Pasto con 2 piatti a richiesta in linea self di cui:<ul style="list-style-type: none">- 1 fonte amidacea semplice (“cereali in chicco” o pasta secca, 80 g, peso a crudo) rif. Menu P2- verdure (200 g o 80 g di verdura a foglia) – rif. Menu C1 o C2 o C3	€ 4,50 Combinazione “42”
	<ul style="list-style-type: none">● Pasto con 2 piatti a richiesta in linea self di cui:<ul style="list-style-type: none">- 1 fonte proteica semplice (es legumi freschi o sgocciolati, 150 g; uova, 100 g) - rif. Menu S3- verdure (200 g o 80 g di verdura a foglia) - rif. Menu C1 o C2 o C3- pane (50 g)	€ 4,50 Combinazione “43”
	<ul style="list-style-type: none">● Pasto con 3 piatti di cui:<ul style="list-style-type: none">- 1 fonte amidacea base (cereali in chicco o pasta secca, 80 g, peso a crudo) – rif. Menu P3- 1 fonte proteica semplice (es legumi freschi o sgocciolati, 150 g; uova, 100g) - rif. Menu S3- verdure (200 g o 80 g di verdura a foglia) - rif. Menu C1 o C2 o C3- frutta (150 g o 1 frutto medio o 2 frutti piccoli)	€ 5,00 Combinazione “51”
	<ul style="list-style-type: none">● Pasto con 2 piatti di cui:<ul style="list-style-type: none">- 1 fonte amidacea elaborata (cereali in chicco o pasta secca, 80 g; o pasta fresca, 150 g; o pasta ripiena, 125 g) - rif. Menu P1- verdure (200 g o 80 g di verdura a foglia) - rif. Menu C1 o C2 o C3- frutta (150 g o 1 frutto medio o 2 frutti piccoli)	€ 5,00 Combinazione “52”
	<ul style="list-style-type: none">● Pasto con 2 piatti di cui:<ul style="list-style-type: none">- 1 fonte proteica elaborata (es: carne, 100 g; pesce, 150 g) - rif. Menu S1 o S2 o S4 (vedi menu)- verdure (200 g o 80 g di verdura a foglia) - rif. Menu C1 o C2 o C3- frutta (150 g o 1 frutto medio o 2 frutti piccoli)	€ 5,00 Combinazione “53”

<ul style="list-style-type: none"> ● Piatto unico o insalatona: <u>1 piatto componibile o composto</u> a scelta (o mix corrispondente in volume) tra: <ul style="list-style-type: none"> - 2 fonti amidacee base (cereali in chicco o pasta secca, 60 g, peso a crudo) - 2 fonti proteiche semplici vegetariane o vegane (es legumi freschi o sgocciolati, 100g) - 2 verdure (150 g o 60 g di verdura a foglia) - frutta (150 g o 1 frutto medio o 2 frutti piccoli) <p style="text-align: right;">Combinazione "54"</p>	€ 5,00
<ul style="list-style-type: none"> ● Pasto con 3 piatti di cui: <ul style="list-style-type: none"> - 1 fonte amidacea elaborata (80 g di cereali in chicco o pasta secca; o 150 g di pasta fresca; o 125 g di pasta ripiena) - rif. Menu P1 - 1 fonte proteica semplice (es legumi, 150 g; uova, 100 g) - rif. Menu S3 - verdure (200 g o 80 g di verdura a foglia) - rif. Menu C1 o C2 o C3 - frutta (150 g o 1 frutto medio o 2 frutti piccoli) <p style="text-align: right;">Combinazione "61"</p>	€ 6,00
<ul style="list-style-type: none"> ● Pasto con 3 piatti di cui: <ul style="list-style-type: none"> - 1 fonte amidacea base (cereali in chicco o pasta secca, 80 g) – rif. Menu P3 - 1 fonte proteica elaborata (es carne, 100 g; pesce, 150 g) - rif. Menu S1 o S2 o S4 (vedi menu) - verdure (200 g o 80 g di verdura a foglia) - rif. Menu C1 o C2 o C - frutta (150 g o 1 frutto medio o 2 frutti piccoli) <p style="text-align: right;">Combinazione "62"</p>	€ 6,00
<ul style="list-style-type: none"> - <i>Nota: le combinazioni: 41 – 51 – 54 sono piatti Unici o anche Insalatone preparate o componibili.</i> - <i>Le "Insalatone" proposte ogni giorno nel menu, saranno contrassegnate ai fini del loro valore, in base a ingredienti e caratteristiche, con uno dei codici numerici dei tre gruppi:</i> - 4 – 5 – 6. 	

LISTINO PREZZI MENU' A SCELTA	STUDENTI	PUBBLICO
1° PIATTO - base (es pasta/cereali in chicco al pomodoro o in bianco):	€ 2,40	€ 2,80
1° PIATTO - semplice vegetariano o vegano (es:pasta con le verdure oppure coi legumi):	€ 2,55	€ 3,00
1° PIATTO - elaborato vegetariano o vegano o con carne o pesce (es pasta ripiena, ragù di carne/amatriciana/sugo con salsiccia):	€ 2,65	€ 3,20
2° PIATTO - semplice vegetariano o vegano (es frittata, legumi):	€ 3,05	€ 3,50
2° PIATTO - semplice di carne o pesce (es bistecca/porzione di pesce/petto di pollo):	€ 3,35	€ 3,80
2° PIATTO - elaborato vegetariano o vegano o di carne o pesce (es tortino di verdure, brasato, arrosto)	€ 4,30	€ 4,80
Contorno di verdure (verdure grigliate, lesse, in padella, insalate):	€ 1,70	€ 2,40
	Studenti	Pubblico
● Menù Pizza con acqua a libero consumo:		

Menù pizza Margherita o Marinara:	€ 5,00	€ 5,50
Menù pizza farcita:	€ 5,80	€ 6,50
• Menù Piadina – acqua a libero consumo:		
Piadina farcita con verdure e formaggio:	€ 4,00	€ 5,00
Piadina farcita con verdure e salumi/arrostato:	€ 5,00	€ 6,00
Piadina con maxi farcitura: verdure, formaggio e salume o arrosto:	€ 6,00	€ 6,50
Menù Insalatona		
“Insalatona” del giorno nel menù, in base a ingredienti e caratteristiche, sarà contrassegnata con un codice numerico a due cifre - gruppi: 40 – 50 – 60, in base al costo (€ 4,50 - € 5,00 - € 6,00)		
	Studenti	Pubblico
FRUTTA di stagione 1 Pz	€ 0,70	€ 1,00
FRUTTA di stagione BIO 1 Pz	€ 1,10	€ 1,50
MACEDONIA O FRUTTA esotica (es: ananas) 1 Prz/Pz	€ 2,50	€ 3,00
PANE 1 Pz	€ 0,50	€ 0,80
YOGURT gr 125	€ 0,80	€ 1,30
BUDINO gr 100	€ 0,80	€ 1,30
DOLCI ARTIGIANALI (torta, ciambella, girella, ecc) gr 80	€ 2,50	€ 3,00
ACQUA IN Pet It 0,50	€ 0,80	€ 1,00

LISTINO GENERALE BAR

	Studenti	Pubblico
CAFFÈ ESPRESSO – DECA – MACCHIATO - ORZO	€ 0,90	€ 1,10
CAFFÈ - GINSENG PICCOLO	€ 1,10	€ 1,20
CAFFÈ ORZO – GINSENG GRANDI – CAFFÈ MAROCCHINO	€ 1,40	€ 1,60
CAFFÈ FREDDO – CAFFÈ MACCHIATO	€ 1,00	€ 1,10
CAFFÈ SHAKERATO	€ 2,00	€ 2,60
CAPPUCCINO	€ 1,20	€ 1,40

CAPPUCCINO CON DECA – CON SOIA	€ 1,50	€ 1,80
CAPPUCCINO CON GINSENG	€ 1,60	€ 1,80
CIOCCOLATO (BEVANDA AL CIOCCOLATO)	€ 1,80	€ 2,20
COMBINAZIONE PASTA PIÙ CAFFÈ *	€ 1,80	-----
COMBINAZIONE PASTA PIÙ CAPPUCCINO *	€ 2,00	-----
LATTE BICCHIERE	€ 1,00	€ 1,10
LATTE MACCHIATO CL 20	€ 1,50	€ 1,80
THÈ CALDO (O FREDDO BICCHIERE)	€ 1,20	€ 1,40
TISANE SPECIALI	€ 1,70	€ 2,20
MACEDONIA DI FRUTTA	€ 2,50	€ 3,00
<u>PASTICCERIA</u>		
	Studenti	Pubblico
CORNETTI*	€ 0,80	€ 1,00
CORNETTI PASTE FRESCHE/PEZZO	€ 1,10	€ 1,20
TORTA ARTIGIANALE (CROSTATA, DI FRUTTA, VARIEGATA, GR 100/120)	€ 2,70	€ 3,30
TORTE SALATE PEZZO	€ 1,70	€ 2,50
PANINO CON FARCITURA (INSALATA + FORMAGGIO O SALUME		
O TONNO O UOVA O WURSTEL)	€ 2,50	€ 3,00
PANINO CON ARROSTO / HAMBURGER	€ 2,50	€ 3,00
PANINI CON BRESAOLA / SALMONE / PROSCIUTTO DOP/IGP	€ 2,80	€ 3,00
SCHIACCIATINA CON SALUMI (PROSC. COTTO, MORTADELLA		
WURSTEL, FORMAGGIO)	€ 2,80	€ 3,30
TRAMEZZINI *	€ 2,00	€ 2,50
TOAST	€ 1,90	€ 2,20
CROISSANT SALATI FARCITI PEZZO*	€ 2,50	€ 3,00
PIZZA TRANCIO GR 220/240	€ 2,20	€ 2,60
PIZZETTA TONDA	€ 2,00	€ 2,50

ROTOLO PIADINA	€ 3,30	€ 3,80
COMBINAZIONE PIZZA/PANINO/PRODOTTO SALATO PIÙ BIBITE LATTINA CL 33 O PET CL 50, SCONTO ALLA CASSA DEL 10%		

<u>BEVANDE</u>		
	Studenti	Pubblico
ACQUA IN Pet It 0,50	€ 0,80	€ 1,00
SUCCHI DI FRUTTA ml 200 Brik	€ 1,60	€ 1,20
SUCCHI DI FRUTTA ml 200 vetro (tipo Derby)	€ 2,00	€ 2,60
SUCCHI DI FRUTTA ml 330 Brik	€ 2,20	€ 2,80
SPREMUTE DI ARANCIA O DI FRUTTA FRESCA CL 15	€ 2,50	€ 3,00
ACQUA BICCHIERE CL 20	€ 0,30	€ 0,50
BIBITE IN LATTINA It 0,33	€ 1,60	€ 2,20
BIRRA VETRO NAZIONALE It 0,33	€ 1,80	€ 2,40
BIRRA VETRO SPECIALI (Ceres – Corona – Bud, ecc.) It 0,33	€ 2,60	€ 3,20
BIRRE IN VETRO It 0,66	€ 2,60	€ 3,20
BIBITE IN LATTINA SPECIALI CL 25 (RED BULL, ALOE VERA)	€ 2,00	€ 2,50
CENTRIFUGHE E FRULLATI ml 200	€ 2,40	€ 3,00
SUCCHI BIO CL 20	€ 2,00	€ 2,50
<u>APERITIVI E ALCOLICI</u>		
	Studenti	Pubblico
APERITIVI (Crodino, San Bitter, Campari Soda)	€ 2,10	€ 2,60
APERITIVI (Crodino, San Bitter, Campari Soda) corretti	€ 2,60	€ 3,20
VINO COMUNE BIANCO – ROSSO BICCHIERE	€ 1,00	€ 1,40
VINO BIANCO PROSECCO – VINO ROSSO	€ 2,50	€ 3,00
SPRIZ – APEROL – CAMPARI - APERITIVI	€ 3,50	€ 4,00
LIQUORI NAZIONALI	€ 2,80	€ 3,00
LIQUORI PREGIATI	€ 3,50	€ 4,00

