

# Menù Settimanale

Menù dal 23 al 27 Maggio 2022

	LUN	MAR	MER	GIO	VEN
Colazione	<ul style="list-style-type: none"><li>latte d'avena con cereali e mandorle</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>macedonia di fragole con yogurt</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>tè nero con 2 fette biscottate e marmellata</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>yogurt con cereali</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>latte d'avena con cereali e mandorle</li></ul>
Spuntino	<ul style="list-style-type: none"><li>tè verde</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>25 gr parmigiano</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>yogurt</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>1 frutto</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>yogurt greco</li></ul>
Pranzo	<ul style="list-style-type: none"><li>insalatone di verdure, paccasassi e alici</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>insalata mista</li><li>risotto agli asparagi</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>verdure</li><li>lenticchie fredde con verdure</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>verdure</li><li>pasta al ragù di carne magra</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>verdure crude</li><li>zuppa di cozze con crostini</li></ul>
Merenda	<ul style="list-style-type: none"><li>frutta</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>tè verde</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>frutta</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>25 gr di parmigiano</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>tè verde</li></ul>
Cena	<ul style="list-style-type: none"><li>insalata mista</li><li>vitello alle olive</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>zucchine alla piastra</li><li>filetto di orata in padella</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>insalata con cicoria, olive, uova sode</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>verdure cotte</li><li>involtini di zucchine con caprino</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>verdure cotte</li><li>polpette di lenticchie</li></ul>

Raffaella Bocchetti

BIOLOGA NUTRIZIONISTA

Tutti i diritti sono riservati - Vietata la riproduzione parziale o totale - Per uso personale non commerciale.  
Tutti gli usi illegittimi saranno perseguiti a norma di legge.