

Menù Settimanale

Menù dal 9 al 13 Maggio 2022

	LUN	MAR	MER	GIO	VEN
Colazione	<ul style="list-style-type: none">latte d'avena con cereali e mandorle	<ul style="list-style-type: none">macedonia di fragole con yogurt	<ul style="list-style-type: none">tè nero con 2 fette biscottate e marmellata	<ul style="list-style-type: none">yogurt con cereali	<ul style="list-style-type: none">latte d'avena con cereali e mandorle
Spuntino	<ul style="list-style-type: none">tè verde	<ul style="list-style-type: none">25 gr parmigiano	<ul style="list-style-type: none">yogurt	<ul style="list-style-type: none">1 frutto	<ul style="list-style-type: none">yogurt greco
Pranzo	<ul style="list-style-type: none">insalata con valeriana, rucola, grana e fragole al balsamicoprosciutto crudo	<ul style="list-style-type: none">verdure crudecrema di ceci con crostini	<ul style="list-style-type: none">insalata mistarotolo di bietole e ricotta	<ul style="list-style-type: none">verdurespaghetti di grano saraceno, fave e ricotta	<ul style="list-style-type: none">verdure cruderiso venere con asparagi e gamberi
Merenda	<ul style="list-style-type: none">frutta	<ul style="list-style-type: none">tè verde	<ul style="list-style-type: none">frutta	<ul style="list-style-type: none">25 gr di parmigiano	<ul style="list-style-type: none">tè verde
Cena	<ul style="list-style-type: none">insalata mistafrittata di agretti	<ul style="list-style-type: none">insalatapesce spada alla piastra con pistacchi	<ul style="list-style-type: none">verdurebresaola, funghi, grana e rucola	<ul style="list-style-type: none">verdure cottepollo ai carciofi	<ul style="list-style-type: none">verdure cottefarinata di ceci

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.