

MENU' INVERNO DIETE 2° SETTIMANA

	Bianco	No latticini	No pomodoro	No frutta secca	No uovo	No glutine	No carne	No pesce	No maiale	Vegetariano (no carne,no pesce)	Vegano
Pasta integrale al sugo di pomodoro e alloro Primosale Spinacini in insalata Frutta	Pasta integrale all'olio	Polpette all'olio	Pasta integrale all'olio			Pasta senza glutine al sugo di pomodoro e alloro					Formaggio vegano
Vellutata di cavolfiore con riso Bocconcini di pollo alla cacciatora Crudità di carote	Riso all'olio Bocconcini di pollo all'olio Frutta		Bocconcini di pollo all'olio				Merluzzo al pomodoro			Fagioli al pomodoro	Fagioli al pomodoro
Pasta al pesto di basilico Cotoletta di merluzzo Purè di finocchi Frutta	Pasta all'olio	Pasta olio e basilico Merluzzo con panatura agli aromi Purè di finocchi senza latticini		Pasta olio e basilico	Merluzzo con panatura agli aromi	Pasta senza glutine al pesto Merluzzo con panatura agli aromi senza glutine		Cotoletta di carne		Pancake vegetariano	Pasta olio e basilico Pancake vegano Purè di finocchi senza latticini
Pasta e ceci Pane e olio Insalata con cavolo cappuccio e mais Frutta	Pasta all'olio Formaggio		Pasta e ceci senza pomodoro			Pasta e ceci senza glutine Pane e olio senza glutine					
Pasta al burro Frittata con Grana Broccoli all'olio Frutta	Merluzzo all'olio Carote all'olio	Pasta all'olio Frittata senza latticini			Cecina	Pasta senza glutine al burro					Pasta all'olio Cecina

N.B. LE SOSTITUZIONI PREVISTE POTREBBERO SUBIRE DELLE ALTERNATIVE GARANTENDO IL RISPETTO DELLA DIETA PREVISTA