

MENU' ESTIVO DIETE 1° SETTIMANA

	Bianco	No latticini	No pomodoro	No frutta secca	No uovo	No glutine	No carne	No maiale	Vegetariano (no carne, no pesce)	Vegano
Pasta olio e basilico Pepite di pollo bio al forno Fagiolini* all'olio Frutta						Pasta senza glutine olio e basilico Pepite di pollo senza glutine	Polpette di pesce/ pesce panato al forno		Uova sode o frittata	Pepite di legumi
Crema di zucchine con orzo ( <b>nidi</b> )/ Crema di crostini con crostini Stracchino Pomodori e basilico Frutta	Riso all'olio Insalata verde/ carote file	Crema di zucchine con crostini senza latticini Frittata no latticini	Insalata verde/ carote file			Crema di zucchine con riso ( <b>nidi</b> )/ crema di zucchine con crostini senza glutine				Crema di zucchine con crostini senza latticini Hummus di ceci
Pasta di grani antichi al pesto di basilico Merluzzo* al pomodoro Zucchine trifolate Frutta	Pasta di grani antichi all'olio Merluzzo olio e prezzemolo	Pasta di grani antichi olio e basilico	Merluzzo olio e prezzemolo	Pasta di grani antichi olio e basilico		Pasta senza glutine al pesto di basilico	<u>No pesce</u> Bocconcini di pollo al pomodoro		Fagioli al pomodoro	Pasta di grani antichi olio e basilico Fagioli al pomodoro
Quadrucci ricotta e spinaci al ragù Ravioli ricotta e spinaci al ragù ( <b>primarie</b> ) Insalata mista con lattughino, mais, semi di zucca e girasole Ananas a cubetti	Pasta all'olio Hamburger all'olio	Pasta al ragù	Quadrucci/ ravioli al ragù senza pomodoro	Insalata mista senza semi Frutta fresca	Pasta al ragù	Ravioli senza glutine al ragù	Quadrucci/ ravioli al ragù di soia		Quadrucci/ ravioli al ragù di soia	Pasta al ragù di soia
Riso al pomodoro Insalata di ceci, formaggio, pomodorini e sedano Carote filangè Frutta	Riso all'olio Formaggio	Insalata di ceci, pomodorini e sedano	Riso all'olio Insalata di ceci, formaggio e sedano							Insalata di ceci, pomodorini e sedano