MENU' ESTIVO DIETE 2° SETTIMANA

	Bianco	**No latticini**	**No pomodoro**	**No frutta secca**	**No uovo**	**No glutine**	**No carne**	**No maiale**	**Vegetariano** (no carne,no pesce)	**Vegano**
Pasta al polpo* Mozzarella Carote* baby prezzemolate Frutta	Pasta all'olio	Burger di pesce/ pesce all'olio	Pasta al polpo senza pomodoro			Pasta senza glutine al polpo	**No pesce:** Pasta al pomodoro		Pasta al pomodoro	Pasta al pomodoro Hummus di ceci
Pasta al pesto di zucchine Bocconcini di pollo al limone Ratatouille di verdure Frutta	Pasta all'olio Patate all'olio	Pasta alle zucchine	Ratatouille senza pomodoro	Pasta alle zucchine		Pasta senza glutine al pesto di zucchine	Merluzzo al limone		Frittata	Pasta alle zucchine Insalata
Riso al pomodoro Cecina Lattughini misti Frutta	Riso all'olio Merluzzo all'olio	Cecina senza tracce di latticini	Riso all'olio			Cecina senza tracce di glutine				
Pasta al pesto Wustel di manzo del Mugello Patate prezzemolate Macedonia	Pasta all'olio	Pasta olio e basilico		Pasta olio e basilico		Pasta senza glutine al pesto	Burger di pesce	Wustel di pollo	Burger di legumi	Pasta olio e basilico Burger di legumi