

MENU' INVERNO DIETE 3° 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
Riso al pomodoro Uovo sodo con maionese Fagiolini all'olio Frutta	Riso all'olio Formaggio		Riso all'olio			Formaggio					Hummus di ceci
Pasta al pesto invernale Bocconcini di tacchino stufati Insalata con mais Frutta	Pasta all'olio	Pasta al pesto di cavolo nero senza latticini		Pasta al pesto di cavolo nero senza frutta secca		Pasta senza glutine al pesto di invernale	Merluzzo stufato			Fagioli alla salvia	Pasta al pesto di cavolo nero senza latticini Fagioli alla salvia
Pasta al ragù di cefalo Bocconcini di grana Carote baby all'olio Frutta	Pasta all'olio	Bocconcini di pollo all'olio	Pasta al ragù di cefalo senza pomodoro		Bocconcini di Parmigiano	Pasta senza glutine al ragù di cefalo		Pasta al pomodoro		Pasta al pomodoro	Pasta al pomodoro Tofu panato
Crema di verdure Pizza margherita Yogurt bio	Riso all'olio Polpette all'olio Insalata Frutta	Pizza rossa con prosciutto cotto Dessert di riso no latticini	Crema di verdure senza pomodoro Pizza bianca			Pizza margherita senza glutine					Pizza rossa con verdure Dessert di riso no latticini
Pasta agli aromi Lenticchie in umido Patate all'olio Frutta	Merluzzo all'olio		Lenticchie all'olio			Riso agli aromi					

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