



Menù Primavera-Estate

dieta in bianco

		PRIMO	SECONDO	CONTORNO	FRUTTA
1° settimana	LUN	Pasta all'olio	Fettina di pollo agli aromi (rosmarino, salvia...)	Carote a vapore	frutta
	MAR	Pasta all'olio	Hamburger di manzo	Carote a vapore	frutta
	MER	Pasta all'olio	Casatella DOP (mat)	Patate a vapore	frutta
			Petto di pollo (ele)		
	GIO	Pasta all'olio	Petto di pollo (mat)	Patate a vapore	frutta
			Casatella DOP (ele)		
VEN	Riso all'olio	Merluzzo al forno	Carote a vapore	frutta	
2° settimana	LUN	Pasta all'olio	Petto di pollo	Carote a vapore	frutta
	MAR	Riso all'olio	Halibut gratinato	Carote a vapore	frutta
	MER	Pasta all'olio	Petto di pollo o tacchino	Carote a vapore	frutta
	GIO	Farfalle all'olio	Fettina di manzo in bianco	Carote a vapore	frutta
	VEN	Pasta all'olio	Mozzarella bio	Carote a vapore	frutta
3° settimana	LUN	Pasta all'olio	Merluzzo al forno	Carote a vapore	frutta
	MAR	Pasta all'olio	Hamburger di manzo	Carote a vapore	frutta
	MER	Pasta all'olio	Fettina di pollo al limone	Carote a vapore	frutta
	GIO	Riso all'olio	Prosciutto cotto	Carote a vapore	frutta
	VEN	Pasta all'olio	Stracchino	Patate a vapore	frutta
4° settimana	LUN	Pasta all'olio	Sovracoscia di pollo al forno	Carote a vapore	frutta
	MAR	Mezze penne all'olio	Filetto di merluzzo al forno (mat.)	Carote a vapore	frutta
		Pasta all'olio	Petto di pollo (elem.)	Carote a vapore	
	MER	Riso all'olio	Bresaola IGP (elem) Prosciutto cotto (mat)	Carote a vapore	frutta
	GIO	Pasta all'olio	Halibut al forno	Carote a vapore	frutta
	VEN	Pasta all'olio	Grana Padano DOP	Carote a vapore	frutta
5° settimana	LUN	Pasta all'olio	Formaggio	Carote a vapore	frutta
	MAR	Pasta all'olio	Petto di pollo	Carote a vapore	frutta
	MER	Pasta all'olio	Hamburger di manzo	Carote a vapore	frutta
	GIO	Riso all'olio	Asiago DOP	Carote a vapore	frutta
	VEN	Pasta all'olio	Merluzzo gratinato	Carote a vapore	frutta