

MENU' AUTUNNO DIETE 3° SETTIMANA

	Bianco	No latticini	No pomodoro	No frutta secca	No uovo	No glutine	No carne	No maiale	Vegetariano (no carne,no pesce)	Vegano
Riso al burro aromatico Torta di lenticchie Spinaci all'olio Frutta fresca	Carne all'olio	Riso all'olio Cecina				Cecina				Riso all'olio
Pasta al pomodoro e basilico Ricotta Broccoli all'olio Frutta fresca	Pasta all'olio	Merluzzo all'olio				Pasta al pomodoro e basilico senza glutine				Hummus di ceci
Pasta al merluzzo (NIDI)/ Pasta al ragù di mare Uovo sodo (NIDI)/ Uovo sodo con maionese Insalata mista con carote filangè (NIDI)/ Insalata mista con carote e rape filangè Frutta fresca	Pasta all'olio Merluzzo all'olio		Pasta al merluzzo/ ragù di mare senza pomodoro		Merluzzo all'olio	Pasta al merluzzo/ ragù di mare senza glutine			Pasta al pomodoro	Pasta al pomodoro Burger di legumi
Crema di verdure Pizza margherita Torta mantovana (NIDI)/ Torta mantovana con gocce di cioccolato	Riso all'olio Formaggio Patate all'olio Frutta	Pizza rossa con prosciutto cotto Dolcetto senza latticini	Crema di verdure no pomodoro Pizza bianca	Dolcetto senza frutta secca	Dolcetto senza uova	Pizza margherita senza glutine Dolcetto senza glutine				Pizza rossa con verdure Dolcetto vegano
Pasta al pesto di barbabietola Spezzatino di pollo agli aromi Patate all'olio Frutta fresca	Pasta all'olio	Pasta alla barbabietola senza latticini		Pasta alla barbabietola senza frutta secca		Pasta al pesto di barbabietola senza glutine	Merluzzo agli aromi		Fagioli all'olio	Pasta alla barbabietola senza latticini Fagioli all'olio