

**Data: Martedì 29 ottobre**

**Primo piatto: Pasta aglio e olio**

**Ingredienti**

Pasta biologica toscana (**glutine**, può contenere tracce di **senape e soia**)

Aglio

Cipolla

Prezzemolo

Olio extra vergine d'oliva

Sale

**Secondo piatto: Spezzatino di tacchino al pomodoro**

**Ingredienti**

Spezzatino di tacchino

Farina di riso

Pomodoro pelato

Odori (**sedano**, carota, cipolla)

Basilico

Olio extra vergine d'oliva

Sale

**Contorno: Spinaci all'olio**

**Ingredienti**

Spinaci bio gelo

Aglio

Olio extra vergine d'oliva

Sale

**Frutta**

**Consigli per la cena:**

Vellutata di cavolfiore con crostini, mozzarella o ricotta con finocchi filangè, pane e un frutto