

MENU' AUTUNNO DIETE 1° SETTIMANA

	Bianco	No latticini	No pomodoro	No frutta secca	No uovo	No glutine	No carne	No maiale	Vegetariano (no carne,no pesce)	Vegano
Pasta agli aromi Bocconcini di grana Fagiolini all'olio Frutta		Bocconcini di pollo all'olio			Bocconcini di Parmigiano Reggiano	Pasta senza glutine agli aromi				Tofu panato
Pasta e fagioli Focaccia genovese Crudità di finocchi e carote Frutta	Pasta all'olio Merluzzo all'olio	Focaccia con prosciutto cotto	Pasta e fagioli senza pomodoro			Pasta e fagioli senza glutine Focaccia al formaggio senza glutine				Focaccia all'olio
Pasta all'amatriciana Uovo sodo Cavolfiore all'olio Frutta	Pasta all'olio Formaggio Carote all'olio		Pasta alla gricia (con pancetta senza pomodoro)		Formaggio	Pasta senza glutine all'amatriciana	Pasta al pomodoro	Pasta al pomodoro	Pasta al pomodoro	Pasta al pomodoro Cecina
Riso agli spinaci Polpette/ Hamburger all'olio Insalata con mais Frutta	Riso all'olio	Riso agli spinaci senza latticini			Riso agli spinaci senza latticini		Cotoletta di merluzzo		Polpette vegetariane	Riso agli spinaci senza latticini Burger vegano
Pasta al sugo di broccoli Merluzzo gratinato Purè di patate Frutta	Pasta all'olio Patate all'olio	Pasta al sugo di broccoli senza latticini Purè di patate senza latticini				Pasta senza glutine al sugo di broccoli Merluzzo gratinato senza glutine	No pesce Carne panata		Formaggio	Pasta al sugo di broccoli senza latticini Tofu panato Purè di patate senza latticini

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

MENU' AUTUNNO 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
Crema di carote con orzo Stracchino Fagiolini all'olio Frutta	Riso all'olio	Polpette all'olio					Crema di carote con riso			Formaggio vegano
Pasta di grani antichi al pomodoro Formine di mare Spinacini in insalata	Pasta di grani antichi all'olio	Merluzzo gratinato	Pasta di grani antichi all'olio		Merluzzo gratinato	Pasta senza glutine al pomodoro	No pesce Carne panata		Cotoletta vegetariana	Burger vegano
Pasta aglio e olio Fagioli all'ucceletto Bietola all'olio	Pollo all'olio		Fagioli all'olio			Riso aglio e olio				
Pasta al ragù di mare Frittata Insalata mista con carote filangè Futta	Pasta all'olio Merluzzo all'olio	Frittata senza latticini	Pasta al ragù di mare senza pomodoro		Cecina	Pasta senza glutine al ragù di mare			Pasta al pomodoro	Pasta al pomodoro Cecina
Riso alla verza Spezzatino di tacchino con semi di finocchio e limone Carote baby prezzemolate Frutta	Riso all'olio	Riso alla verza senza latticini	Riso alla verza senza pomodoro		Riso alla verza senza latticini		Formaggio		Formaggio	Riso alla verza senza latticini Ceci all'olio

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

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 pomodoro Ricotta Insalata verde Frutta	Riso all'olio	Pollo all'olio	Riso all'olio							Formaggio vegano
Pasta al ragù di trota Uovo sodo Broccoli all'olio Frutta	Pasta all'olio Formaggio Patate all'olio		Pasta alla trota senza pomodoro		Polpette all'olio	Pasta senza glutine al ragù di trota	No pesce Pasta al pomodoro		Pasta al pomodoro	Pasta al pomodoro Burger vegano
Pinimonio di finocchi, carote e mais con olio nuovo Tordelli al ragù Cantuccini	Pasta all'olio Hamburger all'olio Frutta	Pasta al ragù Biscotti senza latticini	Tordelli al ragù senza pomodoro	Biscotti senza frutta secca	Pasta al ragù Biscotti senza uova	Ravioli senza glutine al ragù Biscotti senza glutine	Ravioli al ragù di lenticchie		Ravioli al ragù di lenticchie	Pasta al ragù di lenticchie Biscotti vegani
Crema di verdura Pizza Margherita Yogurt alla frutta	Riso all'olio Merluzzo all'olio Patate all'olio	Pizza rossa con prosciutto cotto Dessert di riso no latticini	Pizza bianca senza pomodoro			Pizza margherita senza glutine				Pizza rossa Dessert di riso no latticini
Pasta agli aromi Polpette all'olio Carote all'olio Frutta						Pasta senza glutine agli aromi	Merluzzo agli aromi		Polpette vegetali agli aromi	Burger vegano

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

MENU' AUTUNNO DIETE 4° SETTIMANA

	Bianco	No latticini	No pomodoro	No frutta secca	No uovo	No glutine	No carne	No maiale	Vegetariano (no carne,no pesce)	Vegano
Pasta integrale al pomodoro Merluzzo olio e limone Spinacini in insalata Frutta	Pasta integrale all'olio		Pasta integrale all'olio			Pasta senza glutine al pomodoro	No pesce Hamburger all'olio		Frittata	Tofu panato
Riso alla zucca Salsiccia al forno Cavolfiore all'olio Frutta	Riso all'olio Hamburger all'olio						Cotoletta di pesce	Hamburger all'olio	Burger vegano	Burger vegano
Pasta al ragù di trota Mozzarella Carote prezzemolate Frutta	Pasta all'olio	Uovo sodo/ prosciutto cotto	Pasta al ragù di trota senza pomodoro			Pasta senza glutine al ragù di trota			Pasta al pomodoro	Pasta al pomodoro Formaggio vegano
Vellutata di ceci con pastina Pane e olio Crudità di carote e finocchi Frutta	Riso all'olio Formaggio		Vellutata di ceci senza pomodoro con pastina			Vellutata di ceci con pastina senza glutine Pane e olio senza glutine				
Pasta al burro e salvia Frittata Erbette saltate Frutta	Merluzzo all'olio	Pasta all'olio Frittata senza latticini			Cecina	Pasta senza glutine al burro e salvia				Pasta all'olio Cecina

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