

Data: Lunedì 13 gennaio 2025

Primo piatto: Pasta integrale al pesto

Ingredienti

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

Salsa al pesto (basilico, olio di semi di girasole, olio extra vergine d'oliva, margarina vegetale, **noci di anacardio**, grana padano DOP (lisozima da **uovo, latte**), **pinoli**, sale, aglio, acido lattico, acido ascorbico, potassio sorbato).

Secondo piatto: Merluzzo gratinato

Ingredienti

Filetti di merluzzo gelo (**pesce**)

Pangrattato (**glutine**)

Acciughe (**pesce**)

Capperi

Aglio

Scorza di limone

Olio extra vergine d'oliva

Sale

Contorno: Fagiolini all'olio

Ingredienti

Fagiolini bio gelo

Olio extravergine d'oliva

Sale

Frutta del giorno

Consigli per la cena:

Vellutata di zucca, polpettine di ceci e broccoli con patate arrosto e un frutto.