

dieta priva di legumi

		PRIMO	SECONDO	CONTORNO	SUPPL.
1° settimana	LUN	Riso al burro	Merluzzo gratinato	Tris di verdure a vapore (carote, cavoli, broccoli)	Frutta
	MAR	Pasta all'olio	Omelette al formaggio	Ins. Verde con radicchio	Frutta
	MER	Fusilli all'olio	Svizzera di pollo	Carote julienne	Yogurt
	GIO	Vellutata di zucca con crostini	Formaggio Casatella (ELEM) Pizza Margherita (MAT)	Purè di patate (ELEM) Frutta (MAT)	Frutta (ELEM) Budino (MAT)
	VEN	Riso al radicchio	Spezzatino di manzo	Spinaci a vapore	Frutta
2° settimana	LUN	Pasta all'olio	Formaggio Asiago DOP	Finocchi julienne	Frutta
	MAR	Riso al pomodoro	Fesa di tacchino al forno	Carote a vapore	Frutta
	MER	Passato di verdura	Pizza margherita (ELEM) Svizzera di manzo (MAT)	Frutta (ELEM) Purè di patate (MAT)	Budino (ELEM) Frutta (MAT)
	GIO	Mezze penne all'olio	Frittatina al forno	Ins. verde con cappucci	Frutta
	VEN	Semini in brodo	Polpette di pesce	Cavolfiore a vapore	Frutta
3° settimana	LUN	Gnocchi di patate al burro e salvia	Fettina di pollo agli aromi	Ins. verde con radicchio	Frutta
	MAR	Riso alla parmigiana	Formaggio Emmental	Carote a vapore	Frutta
	MER	Anellini in brodo	Prosciutto cotto	Spinaci a vapore	Frutta
	GIO	Chifferi al pomodoro	Uova sode	Carote julienne	Yogurt
	VEN	Vellutata di carote con riso	Halibut gratinato	Patate al forno	Frutta
4° settimana	LUN	Ditalini all'olio	Bastoncini di merluzzo	Ins. verde con cappucci	Dolce bio
	MAR	Riso agli spinaci	Polpette di manzo	Carote a vapore	Frutta
	MER	Pasta all'olio	Omelette al formaggio	Finocchi julienne	Frutta
	GIO	Farfalline in brodo	Straccetti di pollo con verdure	Patate e carote al vapore	Frutta
	VEN	Riso con la zucca	Formaggio stracchino	Ins. verde con mais	Frutta
5° settimana	LUN	Riso ai carciofi	Sovracoscia di pollo al forno	Spinaci a vapore	Frutta
	MAR	Farfalle al pomodoro	Polpette di pesce	Ins.verde con Cappucci	Yogurt
	MER	Vellutata di verdure	Brasato di manzo	Polenta	Frutta
	GIO	Pasticciata al ragù vegetale	Uova sode	Ins. verde con finocchi	Frutta
	VEN	Pasta all'olio	Formaggio Montasio DOP	Purè di carote e patate	Frutta