

MENU' INVERNALE 2016/2017

Nome e cognome dell'utente:

Tipo dieta: **DIETA LEGGERA**

data: **02/11/2016**

1° SETTIMANA		2° SETTIMANA	
LUNEDI'	PASTA OLIO E GRANA PETTO DI POLLO AI FERRI + LIMONE	LUNEDI'	PASTA OLIO E GRANA PETTO DI POLLO AI FERRI + LIMONE
MARTEDI'	RISO OLIO E GRANA PESCE AL VAPORE + LIMONE	MARTEDI'	RISO OLIO E GRANA PESCE AL VAPORE + LIMONE
MERCOLEDI'	MENU' PETTO DI POLLO AI FERRI + LIMONE	MERCOLEDI'	PASTA OLIO E GRANA PETTO DI POLLO AI FERRI + LIMONE
GIOVEDI'	PASTA OLIO E GRANA PESCE AL VAPORE + LIMONE	GIOVEDI'	RISO OLIO E GRANA PETTO DI POLLO AI FERRI + LIMONE
VENERDI'	RISO OLIO E GRANA PESCE AL VAPORE + LIMONE	VENERDI'	PASTA OLIO E GRANA PESCE AL VAPORE + LIMONE
3° SETTIMANA		4° SETTIMANA	
LUNEDI'	PASTA OLIO E GRANA PETTO DI POLLO AI FERRI + LIMONE	LUNEDI'	PASTA OLIO E GRANA PETTO DI POLLO AI FERRI + LIMONE
MARTEDI'	RISO OLIO E GRANA PESCE AL VAPORE + LIMONE	MARTEDI'	RISO OLIO E GRANA PETTO DI POLLO AI FERRI + LIMONE
MERCOLEDI'	PASTA OLIO E GRANA PETTO DI POLLO AI FERRI + LIMONE	MERCOLEDI'	PASTA OLIO E GRANA PESCE AL VAPORE + LIMONE
GIOVEDI'	RISO OLIO E GRANA PETTO DI POLLO AI FERRI + LIMONE	GIOVEDI'	RISO OLIO E GRANA PETTO DI POLLO AI FERRI + LIMONE
VENERDI'	PASTA OLIO E GRANA PESCE AL VAPORE + LIMONE	VENERDI'	PASTA OLIO E GRANA PESCE AL VAPORE + LIMONE

CARATTERISTICHE ALIMENTARI

CONTORNO: CAROTE O PATATE AL VAPORE

FRUTTA: MELA