

MENU INVERNALE DIETA SENZA GLUTINE

1^ settimana	Lunedì Pasta SG al ragù Bocconcini di mozzarella ½ porz. Insalata Yogurt	Martedì Polenta Polpette di manzo pomodoro SG Fagiolini all'olio Frutta di stagione	Mercoledì PIZZA SG Prosciutto cotto (½ porzione) Insalata verde Frutta di stagione	Giovedì Passato di verdure con CROSTINI SG Hamburger di tacchino Patate al forno Frutta di stagione	Venerdì PASTA SG PESTO ZUCCHINE MERLUZZO PANATO SG Carote all'olio Frutta di stagione
2^ settimana		Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	Passato di verdure con RISO SG/Pasta SG olio Coscette di pollo al forno Carote e piselli all'olio Frutta di stagione	Pasta SG al pomodoro e basilico Frittata con zucchine SG Fagiolini all'olio Frutta di stagione	Lasagne SG al ragù Mozzarella ½ porz. Carote filange Frutta di stagione	Pasta SG olio, salvia e parmigiano Fettina di lonza arrosto SG Spinaci Frutta di stagione	Risotto al pomodoro SG Tonno (nasello infanzia) in umido con pomodoro SG insalata Budino o DOLCE SG
3^ settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	Ravioli SG di magro burro e salvia Asiago D.O.P. Finocchi in insalata Frutta di stagione	PASTA SG allo zafferano Fesa di tacchino alla boscaiola SG Carote e insalata Frutta di stagione	Pasta SG olio e parmigiano Polpette manzo al pomodoro SG Fagiolini in insalata Frutta di stagione	Passato di verdure con RISO SG Bresaola olio e limone/P. crudo (<i>prosciutto cotto infanzia</i>) Carote baby Frutta di stagione	Pasta SG al tonno Totani ½ porz. Al pomodoro SG Piselli e carote Yogurt
4^ settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	PASTA SG al pomodoro e ricotta Prosciutto cotto ½ porz. Fagiolini Budino o DOLCE SG	Pasta SG al burro, salvia e parmigiano Tonno in umido con pomodoro, nasello con olive, capperi e pomodoro SG x infanzia spinaci Frutta di stagione	Gnocchi SG al pomodoro Coscette di pollo al forno Piselli trifolati Frutta di stagione	Passato di verdure con riso SG Arrosto di vitello Insalata di finocchi Frutta di stagione	Riso all'olio SG Frittata con zucchine SG Carote a fiammifero Frutta di stagione