

Il Menu'



Dott.ssa Fantin Francesca

Per le ricette www.fantinfrancesca.it

Dolce della settimana

Plum cake di frutta fresca



2° settimana di Agosto

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO	DOMENICA
<u>PRANZO</u> Bucatini al pomodoro crudo e basilico	<u>PRANZO</u> Quinoa alle verdure	<u>PRANZO</u> Risotto all'ortolana	<u>PRANZO</u> Insalata fredda di orzo e verdure	<u>PRANZO</u> Gobbi alle lenticchie Carote grattugiate	<u>PRANZO</u> Spaghetti con pesto di pistacchi Insalata mista	<u>PRANZO</u> Tagliatelle con ceci e gamberi Verdure grigliate
<u>CENA</u> Chili di carne e verdure Tortillas	<u>CENA</u> Fiocchi di latte Parmigiana di merlanzane light Pane	<u>CENA</u> Falafel Bietola all' olio Pane	<u>CENA</u> Spezzatino di tacchino con verdure miste Pane	<u>CENA</u> Medaglioni di cernia in salsa Cipolla al forno Pane	<u>CENA</u> Calzoncini ripieni Insalata mista	<u>CENA</u> Impepata di cozze e vongole Patate arrosto Insalata di pomodori