

## DIETA LEGGERA

<b>Settimana</b>	<b>Lunedì</b>	<b>Martedì</b>	<b>Mercoledì</b>	<b>Giovedì</b>	<b>Venerdì</b>
<b>1</b>	PASTA ALL'OLIO Fusi di pollo Spinaci* all'olio Pane Frutta fresca	RISO ALL'OLIO RICOTTA CAROTE/PATATE/FAGIOLINI/ZUCCHINE AL VAPORE Pane Frutta fresca	Riso all'olio PESCE AL VAPORE CAROTE ALL'OLIO Pane Frutta fresca	RISO ALL'OLIO RICOTTA Fagiolini* all'olio Pane Frutta fresca	PASTA ALL'OLIO PESCE AL VAPORE CAROTE/PATATE/FAGIOLINI/ZUCCHINE AL VAPORE Pane integrale Frutta fresca
<b>2</b>	PASTA ALL'OLIO PESCE AL VAPORE CAROTE/PATATE/FAGIOLINI/ZUCCHINE AL VAPORE Pane Frutta fresca	RISO ALL'OLIO RICOTTA CAROTE ALL'OLIO Pane Frutta fresca	RISO ALL'OLIO PESCE AL VAPORE Zucchine ALL'OLIO Pane Frutta fresca	PASTA ALL'OLIO CARNE AL FORNO Spinaci* all'olio Pane integrale Frutta fresca	RISO ALL'OLIO RICOTTA CAROTE/PATATE/FAGIOLINI/ZUCCHINE AL VAPORE Pane Frutta fresca
<b>3</b>	PASTA ALL'OLIO RICOTTA CAROTE/PATATE/FAGIOLINI/ZUCCHINE AL VAPORE Pane Frutta fresca	PASTA ALL'OLIO PESCE AL VAPORE CAROTE AL VAPORE Pane Frutta fresca	RISO ALL'OLIO RICOTTA Zucchine agli aromi Pane Frutta fresca	PASTA ALL'OLIO CARNE AL FORNO Fagiolini* all'olio Pane Frutta fresca	Riso all'olio PESCE AL VAPORE CAROTE/PATATE/FAGIOLINI/ZUCCHINE AL VAPORE Pane integrale Frutta fresca
<b>4</b>	PASTA ALL'OLIO RICOTTA Fagiolini* all'olio Pane Frutta fresca	RISO ALL'OLIO RICOTTA CAROTE/PATATE/FAGIOLINI/ZUCCHINE AL VAPORE Pane Frutta fresca	RISO ALL'OLIO CARNE AL FORNO CAROTE AL VAPORE Pane integrale Frutta fresca	PASTA ALL'OLIO PESCE AL VAPORE CAROTE/PATATE/FAGIOLINI/ZUCCHINE AL VAPORE Pane Frutta fresca	Mezze penne all'olio RICOTTA CAROTE/PATATE/FAGIOLINI/ZUCCHINE AL VAPORE Pane Frutta fresca
<b>5</b>	PASTA ALL'OLIO CARNE AL FORNO CAROTE AL VAPORE Pane integrale Frutta fresca	RISO ALL'OLIO RICOTTA CAROTE/PATATE/FAGIOLINI/ZUCCHINE AL VAPORE Pane Frutta fresca	PASTA ALL'OLIO RICOTTA CAROTE/PATATE/FAGIOLINI/ZUCCHINE AL VAPORE Pane Frutta fresca	RISO ALL'OLIO PESCE AL VAPORE Fagiolini* all'olio Pane Frutta fresca	RISO ALL'OLIO PESCE AL VAPORE Zucchine ALL'OLIO Pane Frutta fresca
<b>6</b>	PASTA ALL'OLIO PESCE AL VAPORE CAROTE/PATATE/FAGIOLINI/ZUCCHINE AL VAPORE Pane Frutta fresca	RISO ALL'OLIO RICOTTA Patate al forno Pane Frutta fresca	PASTA ALL'OLIO CARNE AL FORNO CAROTE AL VAPORE Pane integrale Frutta fresca	PASTA ALL'OLIO RICOTTA CAROTE/PATATE/FAGIOLINI/ZUCCHINE AL VAPORE Pane Frutta fresca	Riso all'olio PESCE AL VAPORE Fagiolini* all'olio Pane Frutta fresca

