

## Dieta Speciale: LEGGERA - NIDO IL GABBIANO

Inverno

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1	Pasta all'olio	Pasta all'olio	Riso all'olio	Riso all'olio	Pasta integrale all'olio
	Legumi al vapore	Prosciutto cotto	Legumi al vapore	Petto di pollo	Filetto di merluzzo* al vapore
	Patate o carote* al vapore	Patate o carote* al vapore	Carote al vapore	Patate o carote* al vapore	Patate o carote* al vapore
	Pane e frutta fresca	Pane e frutta fresca	Pane e frutta fresca	Pane e frutta fresca	Pane e frutta fresca
	MERENDA: Mousse di frutta	MERENDA: Mousse di frutta	MERENDA: Mousse di frutta	MERENDA: Mousse di frutta	MERENDA: Mousse di frutta
2	Pasta all'olio	Riso all'olio	Pasta all'olio	Pasta integrale all'olio	Riso all'olio
	Legumi al vapore	Prosciutto cotto	Petto di pollo agli aromi	Legumi al vapore	Platessa* al vapore
	Patate o carote* al vapore	Patate o carote* al vapore	Patate o carote* al vapore	Carote al vapore	Patate o carote* al vapore
	Pane e frutta fresca	Pane e frutta fresca	Pane e frutta fresca	Pane e frutta fresca	Pane e frutta fresca
	MERENDA: Mousse di frutta	MERENDA: Mousse di frutta	MERENDA: Mousse di frutta	MERENDA: Mousse di frutta	MERENDA: Mousse di frutta
3	Pasta integrale all'olio	Pasta all'olio	Riso all'olio	Pasta all'olio	Riso all'olio
	Lenticchie al vapore	Prosciutto cotto	Legumi al vapore	Prosciutto cotto	Filetto di merluzzo* al vapore
	Patate o carote* al vapore	Patate o carote* al vapore	Patate o carote* al vapore	Patate o carote* al vapore	Patate o carote* al vapore
	Pane e frutta fresca	Pane e frutta fresca	Pane e frutta fresca	Pane e frutta fresca	Pane e frutta fresca
	MERENDA: Mousse di frutta	MERENDA: Mousse di frutta	MERENDA: Mousse di frutta	MERENDA: Mousse di frutta	MERENDA: Mousse di frutta
4	Pasta integrale all'olio	Riso all'olio	Riso all'olio	Pasta all'olio	Pasta all'olio
	Legumi al vapore	Prosciutto cotto	Piselli* al vapore	Legumi al vapore	Platessa* al vapore
	Patate o carote* al vapore	Patate o carote* al vapore	Carote al vapore	Patate o carote* al vapore	Patate o carote* al vapore
	Pane e frutta fresca	Pane e frutta fresca	Pane e frutta fresca	Pane e frutta fresca	Pane e frutta fresca
	MERENDA: Mousse di frutta	MERENDA: Mousse di frutta	MERENDA: Mousse di frutta	MERENDA: Mousse di frutta	MERENDA: Mousse di frutta