

MENU' SETTIMANALE

BLOG FAMILY

| | Colazione | Pranzo | Merenda | Cena |
|-----------|---|--|--|--|
| Lunedì | Torta di mele e ribes veloce veloce | Zuppa di broccoli romani light | yogurt | Polpette vegetali dal cuore filante |
| Martedì | Thè o succo o latte | Penne piccolini con carote e origano | Torta al cioccolato e arancia candita | Involtini di pollo alle erbe profumati al limone |
| Mercoledì | Torta soffice al cocco con sorpresa | Zuppa di avanzi gluten free | Panini croccanti | Bocconcini di pollo al parmigiano |
| Giovedì | Yogurt e frutta fresca | Vellutata di patate e carote speziata | Panini soffici per hamburger al sesamo | Involtini di carne ripieni |
| Venerdì | Torta di mele e pinoli soffice | Spaghetti salmone e zucchine | yogurt | Seppie in umido |
| Sabato | Succo di frutta e tre fette biscottate con marmellata | Risotto di zucca e asiago al profumo di vaniglia | Sandwich Spongebob | Carciofi ripieni |
| Domenica | Torta di banane e nutella velocissima | Maccheroni con broccoli, gorgonzola e noci | Focaccine imbottite | Teglia patate e salsiccia |