



## MENU' AUTUNNO-INVERNO 2025/2026 - DIETE LEGGERE

PRIMA SETTIMANA		SECONDA SETTIMANA	
Lunedì	Pasta all'olio e grana	Lunedì	Riso all'olio e grana
	Pollo al vapore		Pesce al vapore
	Carote al vapore		Carote al vapore
	Pane		Pane
	Mela/pera		Mela/pera
Martedì	Pasta all'olio e grana	Martedì	Pasta all'olio e grana
	Pesce al vapore		Tacchino al vapore
	Patate al vapore		Patate al vapore
	Pane		Pane
	Mela/pera		Mela/pera
Mercoledì	Riso all'olio e grana	Mercoledì	Riso all'olio e grana
	Tacchino al vapore		Pesce al vapore
	Carote al vapore		Carote al vapore
	Pane		Pane
	Mela/pera		Mela/pera
Giovedì	Riso all'olio e grana	Giovedì	Pasta all'olio e grana
	Pollo al vapore		Pollo al vapore
	Patate al vapore		Patate al vapore
	Pane		Pane
	Mela/pera		Mela/pera
Venerdì	Pasta all'olio e grana	Venerdì	Riso all'olio e grana
	Pesce al vapore		Pesce al vapore
	Carote al vapore		Carote al vapore
	Pane		Pane
	Mela/pera		Mela/pera
TERZA SETTIMANA		QUARTA SETTIMANA	
Lunedì	Riso all'olio e grana	Lunedì	Riso all'olio e grana
	Pollo al vapore		Pesce al vapore
	Carote al vapore		Carote al vapore
	Pane		Pane
	Mela/pera		Mela/pera
Martedì	Riso all'olio e grana	Martedì	Pasta all'olio e grana
	Tacchino al vapore		Pollo al vapore
	Patate al vapore		Patate al vapore
	Pane		Pane
	Mela/pera		Mela/pera
Mercoledì	Pasta all'olio e grana	Mercoledì	Pasta all'olio e grana
	Pesce al vapore		Pesce al vapore
	Carote al vapore		Carote al vapore
	Pane		Pane
	Mela/pera		Mela/pera
Giovedì	Riso all'olio e grana	Giovedì	Riso all'olio e grana
	Tacchino al vapore		Pollo al vapore
	Patate al vapore		Patate al vapore
	Pane		Pane
	Mela/pera		Mela/pera
Venerdì	Pasta all'olio e grana	Venerdì	Riso all'olio e grana
	Pesce al vapore		Pesce al vapore
	Carote al vapore		Carote al vapore
	Pane		Pane
	Mela/pera		Mela/pera