MENÙ
settimanale

Febbraio 2024

	PRANZO	CENA
LUNEDÌ	RISOTTO AL TONNO. TACCOLE E CIME DI RAPA	MERLUZZO AL CARTOCCIO BROCCOLO VIOLA
MARTEDÌ	PENNETTE CON RICOTTA CAVOLFIORE E OLIVE	CREMA DI PISELLI FRITTATA AL FORNO DI CAVOLO NERO
MERCOLEDÌ	FUSILLI CON BROCCOLI FINOCCHI E ARANCIA	VELLUTATA DI CECI PICCANTE RADICCHIO TREVIGIANO AL FORNO
GIOVEDÌ	FAGIOLI CANELLINI IN SALSA ROSSA VERDURE SVUOTA FRIGO AL FORNO	TACCHINO ALLA PIASTRA ZUCCA AL FORNO
VENERDÌ	ORZOTTO CON FAGIOLINI CAVOLINI DI BRUXELLES AL VAPORE	SALMONE ALL'ARANCIA PATATE E RADICCHIO AL FORNO
SABATO	GNOCCHI DI PATATE AL PESTO INSALATA A COLORI	VITELLO AL LIMONE CAROTE, FAGIOLINI E CROSTONI DI PANE TOSTATO
DOMENICA	SPAGHETTI AL SUGO DI MOSCARDINI FINOCCHI GRATINATI AL FORNO	POLPO CON PATATE E OLIVE CARCIOFI IN UMIDO

dott.ssa Carmen Zedda
dietanutrizionista.it