

## MENU INVERNALE DIETA SENZA GLUTINE

1^ settimana	Lunedì Pasta SG al pomodoro e basilico Bocconcini di mozzarella Insalata Yogurt	Martedì Polenta Polpette di manzo SG Fagiolini all'olio Frutta di stagione	Mercoledì PIZZA SG Prosciutto cotto (½ porzione) Insalata verde Frutta di stagione	Giovedì Passato di verdure con CROSTINI SG Hamburger di tacchino Patate al forno Frutta di stagione	Venerdì PASTA SG PESTO ZUCCHINE MERLUZZO PANATO SG Carote all'olio Frutta di stagione
2^ settimana	Lunedì Passato di verdure con RISO SG/Pasta SG olio Cosce di pollo al forno Carote e piselli all'olio Frutta di stagione	Martedì Pasta SG al pomodoro e basilico Frittata con zucchine SG Fagiolini all'olio Frutta di stagione	Mercoledì Lasagne SG al ragù Mozzarella Carote filange Frutta di stagione	Giovedì Pasta SG olio, salvia e parmigiano Fettina di lonza arrosto Purè di patate SG Frutta di stagione	Venerdì Risotto al pomodoro SG Merluzzo in umido con salsa al limone SG insalata Budino o DOLCE SG
3^ settimana	Lunedì Ravioli SG di magro burro e salvia Asiago D.O.P. Finocchi in insalata Frutta di stagione	Martedì PASTA SG allo zafferano Fesa di tacchino alla boscaiola SG Carote e insalata Frutta di stagione	Mercoledì Pasta SG olio e parmigiano Polpette al pomodoro SG Fagiolini in insalata Frutta di stagione	Giovedì Passato di verdure con RISO SG Bresaola olio e limone ( <i>prosciutto cotto infanzia</i> ) Carote baby Frutta di stagione	Venerdì Pasta SG al tonno Totani ½ porz. Olio e limone SG Piselli e carote Yogurt
4^ settimana	Lunedì PASTA SG al pomodoro e ricotta Prosciutto cotto ½ porz. Purè di patate SG Budino o DOLCE SG	Martedì Pasta SG al burro, salvia e parmigiano Tonno in umido con pomodoro, nasello pomodoro SG spinaci Frutta di stagione	Mercoledì Gnocchi SG al pomodoro Cosce di pollo al forno Piselli trifolati Frutta di stagione	Giovedì Passato di verdure con riso SG Arrosto di vitello Insalata di finocchi Frutta di stagione	Venerdì Riso all'olio SG Frittata con zucchine SG Carote a fiammifero Frutta di stagione