

Menù settimanale

Lun

Pasta ceci e zucca

Pollo al limone
Spinaci in padella

Mar

Riso al forno con
melanzane e stracchino

Frittata di patate e fagiolini

Mer

Pasta fagioli e rucola

Carne alla pizzaiola
Melanzane in padella

Gio

Curry di lenticchie
Broccoli in padella

Uova in purgatorio
Fagiolini in padella

Ven

Insalata di farro
fagiolini e feta

Alici gratinate al forno
Carciofi in padella

Sab

Melanzane ripiene di tonno

Pizza margherita

Dom

Pasta pesce spada
e melanzane

Insalata di tacchino

Lista della spesa

Note