

1	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
COLAZIONE	Thè e biscotti e frutta	Caffè d'orzo yogurt e frutta	Yannoh pane e marmellata	thè <b>Bicchieri alla frutta</b>	Caffè d'orzo porridge freddo	Latte e cereali	Infuso e pancakes
MERENDA	Frutta	<b>Barrette</b>	Fiammiferi di carote e cetrioli	Brioche alla banana	Frutta	Frullato	Macedonia
PRANZO	Pasta al pomodoro	Insalatona con orzo	Insalata di riso	<b>Bowl al riso rosso e zucchine</b>	<b>Pasta con zucchine e crema di soia</b>	<b>Panzanella a modo nostro</b>	Couscous con <b>dadolata di verdure al forno</b>
CENA	Petto di pollo e insalata mista	<b>Dadolata di verdure e ceci</b>	<b>Polpette di verdura</b>	Uova e <b>insalata di cappuccio</b>	<b>Piadine con hummus e verdure</b>	Verdure alla griglia e insalata con semi misti	<b>Falafel</b>

2	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
COLAZIONE	Thè e biscotti e frutta	Caffè d'orzo yogurt e frutta	Yannoh pane e marmellata	thè <b>Bicchieri alla frutta</b>	Caffè d'orzo porridge freddo	Latte e cereali	Infuso e pancakes
MERENDA	Frutta	<b>Barrette</b>	Fiammiferi di carote e cetrioli	Brioche alla banana	Frutta	Frullato	Macedonia
PRANZO	Torta salata con <b>dadolata di verdure</b>	Pasta con pomodorini freschi	Farro con ceci e insalata	Risotto con verdure	Bulgur con pomodori, zucchine e feta	Pasta con peperoni e olive	Riso nero fagiolini e pomodorini
CENA	Insalata con avocado e semi	Carne alla piastra	Bastoncini di verdure crude con <b>hummus</b> e crauti	Frittata e insalata verde	Minestrone estivo	<b>Insalata di Simone</b>	<b>Piadine</b>

3	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
COLAZIONE	Thè e biscotti e frutta	Caffè d'orzo yogurt e frutta	Yannoh pane e marmellata	thè <b>Bicchieri alla frutta</b>	Caffè d'orzo porridge freddo	Latte e cereali	Infuso e pancakes
MERENDA	Frutta	<b>Barrette</b>	Fiammiferi di carote e cetrioli	<b>Brioche alla banana</b>	Frutta	Frullato	Macedonia
PRANZO	pasta con pesto di zucchine	insalatona con orzo	insalata di riso	Pasta fredda con mozzarella e pomodoro	Farro con melanzane e pomodoro fresco	<b>Panzanella a modo nostro</b>	couscous con <b>dadolata di verdure al forno</b>
CENA	Insalata greca	peperonata e ceci	Prosciutto e melone	uova e <b>insalata di cappuccio</b>	<b>piadine con hummus e verdure</b>	verdure alla griglia e insalata con semi misti	falafel

4	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
COLAZIONE	Thè e biscotti e frutta	Caffè d'orzo yogurt e frutta	Yannoh pane e marmellata	thè <b>Bicchieri alla frutta</b>	Caffè d'orzo porridge freddo	Latte e cereali	Infuso e pancakes
MERENDA	Frutta	<b>Barrette</b>	Fiammiferi di carote e cetrioli	<b>Brioche alla banana</b>	Frutta	Frullato	Macedonia
PRANZO	Torta salata con <b>dadolata di verdure</b>	Pasta con pomodorini freschi	Farro con ceci e insalata	Risotto con verdure	Bulgur con pomodori, zucchine e feta	Pasta con peperoni e olive	Riso nero fagiolini e pomodorini
CENA	Insalata con avocado e semi	Carne alla piastra	Bastoncini di verdure crude con <b>hummus</b> e crauti	Frittata e insalata verde	Minestrone estivo	<b>Insalata di Simone</b>	<b>Piadine</b>