

Vitto diabetici: menù invernale prima e terza settimana

Lunedì

Colazione

Latte p. Scremato, the, yogurt alla frutta, biscotti secchi, fette biscottate, Diator

Pranzo

Pasta con cavolfiore, arrosto di tacchino, bieta saltata, frutta fresca

Cena

Petto di pollo alla piastra, insalata, pane integrale, frutta fresca

Martedì

Colazione

Latte p. Scremato, the, yogurt alla frutta, biscotti secchi, fette biscottate, Diator

Pranzo

Minestra di farro e ceci, filetto di salmone gratinato, cicoria all'olio, frutta fresca

Cena

Formaggio cremoso spalmabile, cavolfiore all'insalata, pane integrale, frutta fresca

Mercoledì

Colazione

Latte p. Scremato, the, yogurt alla frutta, biscotti secchi, fette biscottate, Diator

Pranzo

Pasta al pomodoro, polpette al pomodoro, funghi trifolati, frutta fresca

Cena

Sogliola gratinata, carciofi saltati, pane integrale, frutta fresca

Giovedì

Colazione

Latte p. Scremato, the, yogurt alla frutta, biscotti secchi, fette biscottate, Diator

Pranzo

Riso e zucca, scaloppine ai funghi, insalata, frutta fresca

Cena

Prosciutto cotto, verza stufata, pane integrale, frutta fresca

Venerdì

Colazione

Latte p. Scremato, the, yogurt alla frutta, biscotti secchi, fette biscottate, Diator

Pranzo

Pasta alla marinara, merluzzo al pomodoro, scarole stufate, frutta fresca

Cena

Frittata di carciofi, cicoria all'olio, pane integrale, frutta fresca

Sabato

Colazione

Latte p. Scremato, the, yogurt alla frutta, biscotti secchi, fette biscottate, Diator

Pranzo

Pasta con carciofi, involtini in umido, broccoletti in padella, frutta fresca

Cena

Tonno sgocciolato, bieta saltata, pane integrale, frutta fresca

Domenica

Colazione

Latte p. Scremato, the, yogurt alla frutta, biscotti secchi, fette biscottate, Diator

Pranzo

Pasta alla sorrentina, cosce di pollo al forno, carciofi saltati, frutta fresca

Cena

Ricotta di mucca, spinaci in padella, pane integrale, frutta fresca

Vitto diabetici: menù estivo prima e terza settimana

Lunedì

Colazione

Latte p. Scremato, the, yogurt alla frutta,
biscotti secchi, fette biscottate, Diator

Pranzo

Pasta con peperoni, arrosto di tacchino,
zucchine gratinate, frutta fresca

Cena

Petto di pollo, Fagiolini
Pane integrale, frutta fresca

Martedì

Colazione

Latte p. Scremato, the, yogurt alla frutta,
biscotti secchi, fette biscottate, Diator

Pranzo

Pasta al pomodoro, pesce agli aromi, melanzane
gratinate al forno, frutta fresca

Cena

Formaggio cremoso spalmabile, insalata,
pane integrale, frutta fresca

Mercoledì

Colazione

Latte p. Scremato, the, yogurt alla frutta,
biscotti secchi, fette biscottate, Diator

Pranzo

Crema di lenticchie con pastina, polpette al rosmarino,
finocchi all'insalata, frutta fresca

Cena

Sogliola Gratinata, zucchine gratinate,
pane integrale, frutta fresca

Giovedì

Colazione

Latte p. Scremato, the, yogurt alla frutta,
biscotti secchi, fette biscottate, Diator

Pranzo

Pasta al pesto, hamburger di vitello,
pomodori, frutta fresca

Cena

Prosciutto cotto, carciofi saltati,
pane integrale, frutta fresca

Venerdì

Colazione

Latte p. Scremato, the, yogurt alla frutta,
biscotti secchi, fette biscottate, Diator

Pranzo

Pasta al tonno, merluzzo con pomodorini e olive,
melanzane gratinate al forno, frutta fresca

Cena

Filetto di salmone gratinato,
insalata, pane integrale, frutta fresca

Sabato

Colazione

Latte p. Scremato, the, yogurt alla frutta,
biscotti secchi, fette biscottate, Diator

Pranzo

Pasta primavera, pollo al forno,
insalata, frutta fresca

Cena

Frittata di zucchine, fagiolini,
pane integrale, frutta fresca

Domenica

Colazione

Latte p. Scremato, the, yogurt alla frutta,
biscotti secchi, fette biscottate, Diator

Pranzo

Pasta al ragù, scaloppine al limone,
finocchi all'insalata, frutta fresca

Cena

Ricotta di mucca, zucchine in padella,
pane integrale, frutta fresca

Vitto diabetici: menù invernale seconda e quarta settimana

Lunedì

Colazione

Latte p. Scremato, the, yogurt alla frutta, biscotti secchi, fette biscottate, Diator

Pranzo

Risotto ai funghi, vitello alla pizzaiola, cavolfiore all'insalata, frutta fresca

Cena

Petto di pollo, funghi trifolati, pane integrale, frutta fresca

Martedì

Colazione

Latte p. Scremato, the, yogurt alla frutta, biscotti secchi, fette biscottate, Diator

Pranzo

Pasta al pesto, polpettone al forno, spinaci in padella, frutta fresca

Cena

Arrosto di tacchino, carciofi saltati, pane integrale, frutta fresca

Mercoledì

Colazione

Latte p. Scremato, the, yogurt alla frutta, biscotti secchi, fette biscottate, Diator

Pranzo

Pasta al tonno, pesce agli aromi, bieta al limone, frutta fresca

Cena

Sogliola Gratinata, broccoli in padella, pane integrale, frutta fresca

Giovedì

Colazione

Latte p. Scremato, the, yogurt alla frutta, biscotti secchi, fette biscottate, Diator

Pranzo

Pasta e lenticchie, hamburger di vitello, spinaci in padella, frutta fresca

Cena

Fesa di tacchino, cicoria all'olio, pane integrale, frutta fresca

Venerdì

Colazione

Latte p. Scremato, the, yogurt alla frutta, biscotti secchi, fette biscottate, Diator

Pranzo

Risotto alla pescatora, merluzzo con pomodorini e olive, scarole stufate, frutta fresca

Cena

Filetto di salmone gratinato, finocchi al tegame, pane integrale, frutta fresca

Sabato

Colazione

Latte p. Scremato, the, yogurt alla frutta, biscotti secchi, fette biscottate, Diator

Pranzo

Pasta al pomodoro, pollo al forno, insalata, frutta fresca

Cena

Frittata al parmigiano, spinaci in padella, pane integrale, frutta fresca

Domenica

Colazione

Latte p. Scremato, the, yogurt alla frutta, biscotti secchi, fette biscottate, Diator

Pranzo

Lasagna, scaloppine al limone, finocchi al tegame, frutta fresca

Cena

Formaggio cremoso spalmabile, verza stufata, pane integrale, frutta fresca

Vitto diabetici: menù estivo seconda e quarta settimana

Lunedì

Colazione

Latte p. Scremato, the, yogurt alla frutta,
biscotti secchi, fette biscottate, Diator

Pranzo

Pasta olive e capperi, spezzatino di vitello,
pomodori, frutta fresca

Cena

Caciottina, carciofi saltati,
pane integrale, frutta fresca

Martedì

Colazione

Latte p. Scremato, the, yogurt alla frutta,
biscotti secchi, fette biscottate, Diator

Pranzo

Pasta al salmone, pesce agli aromi,
insalata, frutta fresca

Cena

Frittata al parmigiano, melanzane
gratinate, pane integrale, frutta fresca

Mercoledì

Colazione

Latte p. Scremato, the, yogurt alla frutta,
biscotti secchi, fette biscottate, Diator

Pranzo

Riso e piselli, fesa di tacchino,
zucchine in padella, frutta fresca

Cena

Tonno sgocciolato, finocchi all'insalata,
pane integrale, frutta fresca

Giovedì

Colazione

Latte p. Scremato, the, yogurt alla frutta,
biscotti secchi, fette biscottate, Diator

Pranzo

Risotto gamberi e zucchine, merluzzo con pomodorini
e olive, pomodori, frutta fresca

Cena

Fesa di tacchino, melanzane gratinate al forno,
pane integrale, frutta fresca

Venerdì

Colazione

Latte p. Scremato, the, yogurt alla frutta,
biscotti secchi, fette biscottate, Diator

Pranzo

Pasta fredda, polpette al rosmarino,
fagiolini, frutta fresca

Cena

Bastoncini di merluzzo al forno, insalata,
pane integrale, frutta fresca

Sabato

Colazione

Latte p. Scremato, the, yogurt alla frutta,
biscotti secchi, fette biscottate, Diator

Pranzo

Pasta con melanzane, petto di pollo alla salvia,
finocchi all'insalata, frutta fresca

Cena

Uova strapazzate, pomodori,
pane integrale, frutta fresca

Domenica

Colazione

Latte p. Scremato, the, yogurt alla frutta,
biscotti secchi, fette biscottate, Diator

Pranzo

Lasagna, polpettone al forno,
carciofi saltati, frutta fresca

Cena

Formaggio cremoso spalmabile, zucchine in padella,
pane integrale, frutta fresca