

DAL 3° AL 9° GIORNO

PROPOSTA MENU

CARNE gr 100

+ contorno di verdure
+ frutta

GIORNO



GIORNO



LENTICCHIE gr 240

+ contorno di verdure
+ frutta

PESCE gr 150

+ contorno di verdure
+ frutta

GIORNO



GIORNO



MOZZARELLA gr 100

+ contorno di verdure
+ frutta

1 UOVO

+ contorno di verdure
+ frutta

GIORNO



GIORNO



PESCE gr 150

+ contorno di verdure
+ frutta

CARNE gr 100

+ contorno di verdure
+ frutta

GIORNO



È
consentito
l'uso di
2 cucchiaini
di olio
a pasto



Scegli il tuo menu! Utilizza la casella tonda per il segno di spunta per monitorare meglio i piatti già consumati. Gli alimenti da aggiungere devono essere scelti dalla lista dei "Free Food".