

Menù LIGHT

Scegli la tua Insalatona!

LUNEDÌ

Mediterranea

LATTUGA - RADICCHIO - CAROTE - MAIS
POMODORINI - PETTO DI POLLO GRIGLIATO
OLIVE NERE - GRANA - MIX FRUTTA SECCA
PANE INTEGRALE - YOGURT BIANCO

*Kcal 695

MERCOLEDÌ

Rustica

LATTUGA - RADICCHIO - CAROTE - MAIS
- SCAGLIE DI MANDORLE - FILETTO DI
MAIALE - ROBIOLA
PANE INTEGRALE - YOGURT BIANCO

*Kcal 548

MARTEDÌ

Classica

LATTUGA - RADICCHIO - CAROTE - MAIS
- OLIVE NERE - TONNO - GRANA -
POMODORINI - MOZZARELLA
PANE INTEGRALE - YOGURT BIANCO

*Kcal 660

GIOVEDÌ

Sfiziosa

LATTUGA - RADICCHIO - CAROTE - MAIS
RUCOLA - PRIMO SALE - VERDURE
GRIGLIATE - CROSTINI
PANE INTEGRALE - YOGURT BIANCO

*Kcal 412

VENERDÌ

Profumo di Mare

LATTUGA - RADICCHIO - CAROTE - MAIS
POMODORINI - TONNO - MELA A CUBETTI
- CREMA DI CERTOSA - GAMBERETTI
PANE INTEGRALE - YOGURT BIANCO

*Kcal 428

*Un pasto alternativo che deve
integrarsi in un equilibrato
modello di nutrizione quotidiana*

*Il condimento non è incluso nel conteggio (circa 90 Kcal)

