



Un menù a base di verdure,
cereali e legumi
fa bene alla salute
tua e del pianeta!

Mercoledì 21 gennaio

Spuntino mattina

Frutta di stagione

Primo piatto

Pasta al pesto vegetale

Secondo piatto

Frittata di ceci

Contorno

Spinaci all'olio

Pane

Frutta di stagione

Spuntino pomeriggio

Pane e olio

Buon
appetito!

