

## **DIETA LEGGERA**

***Lunedì*** Pasta all'olio  
Petto di pollo ai ferri  
Carote lesse  
----- 000 -----

***Martedì*** Riso all'olio  
Merluzzo al vapore  
Patate lesse  
----- 000 -----

***Mercoledì*** Minestrina con riso  
Fesa di tacchino ai ferri  
Fagiolini al vapore  
----- 000 -----

***Giovedì*** Pasta all'olio  
Platessa al vapore  
Patate lesse  
----- 000 -----

***Venerdì*** Riso all'olio  
Coscia di pollo lessa  
Carote lesse