

# Genitorialmente Menù della Settimana

Dal 9 marzo  
Al 15 marzo

Promemoria 

## Lunedì

- ❖ Risotto con speck e carciofi
- ❖ Insalata mista

## Martedì

- ❖ Arrosto di lonza di maiale limone e zenzero
- ❖ Carote al forno

## Mercoledì

- ❖ Polpette di tonno e patate
- ❖ Zucchine trifolate

## Giovedì

- ❖ Lasagne molto veloci in vasocottura
- ❖ Radicchio al forno

## Venerdì

- ❖ Pasta con i gamberetti
- ❖ Cavolfiore gratinato

## Sabato

- ❖ Zuppa di legumi
- ❖ Peperoni in agrodolce

---

- ❖ Tigelle con affettati e verdure grigliate

## Domenica

- ❖ Polenta e spezzatino
- ❖ Insalata verde

---

- ❖ Frittatona con verdure miste