

# Genitorialmente Menù della Settimana

Dal 21 novembre

Al 28 novembre

Cosa manca???

## Lunedì

- 🍄 Pasta con verdure
- 🍄 Spinaci in padella

## Martedì

- 🍄 Zuppa di legumi e orzo
- 🍄 Finocchi olio e limone

## Mercoledì

- 🍄 Spiedini di carne
- 🍄 Radicchio rosso in insalata o cotto al forno

## Giovedì

- 🍄 Risotto taleggio e speck
- 🍄 Carciofi in padella

## Venerdì

- 🍄 Frittata con spinaci e pomodorini
- 🍄 Scaglie di grana

## Sabato

- 🍄 Polenta pasticciata con gorgonzola
- 
- 🍄 Pesce spada alla griglia
- 🍄 Pinzimonio di sedano e finocchi

## Domenica

- 🍄 Calamari in umido
- 🍄 Peperonata
- 
- 🍄 Torta salata di verze ricotta e mortadella