

# Genitorialmente Menù della Settimana

Dal 4 luglio  
Al 10 luglio

Cosa manca???

## Lunedì

- 🍄 Tagliatelle al sugo
- 🍄 Peperonata

## Martedì

- 🍄 Ceci e tonno

## Mercoledì

- 🍄 Tagliata di manzo al rosmarino
- 🍄 Radicchio in padella o alla griglia

## Giovedì

- 🍄 Zuppa di farro con verdure e cannellini

## Venerdì

- 🍄 Frittata con cipolle
- 🍄 Piselli con cipolla e pancetta

## Sabato

- 🍄 Melanzane alla parmigiana light
  - 🍄 Insalata
- 
- 🍄 Tartare di tonno con pomodorini, olive e capperi

## Domenica

- 🍄 Lasagne al pesto
- 
- 🍄 Carpaccio di salmone affumicato e pesce spada con sedano a cubetti