

Menù Settimanale

@semplicamentealex3

Lunedì

YOGURT
PASTA
ZUPPA

Martedì

PORRIDGE
PANINO
AL FORNO

Mercoledì

MUFFIN
RISO
IN UMIDO

Giovedì

CHIA PUDDING
CEREALI
BURGER

Venerdì

DOLCE
PASTA
IN PADELLA

Sabato

PORRIDGE
RISOTTO o POLENTA
AVANZI o CONGELATI

Domenica

PANCAKE
PASTA DI FARRO
PIZZA