



MEAL PLANNER

Breakfast

Snacks

Lunch

Snacks

Dinner

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
latte e caffè Fette biscottate Burro d'arachidi	latte e caffè Pancake Burro d'arachidi	latte e caffè Fette biscottate Burro d'arachidi	latte e caffè Pancake Burro d'arachidi	latte e caffè Fette biscottate Burro d'arachidi	latte e caffè Pancake Burro d'arachidi	latte e caffè Pancake Burro d'arachidi
Frutta Yogurt greco	Frutta / Frullato Frutta secca	Frutta Yogurt greco	Frutta / Frullato Frutta secca	Frutta Yogurt greco	Frutta / Frullato Frutta secca	Frutta Yogurt greco
Pasta al sugo prosciutto Formaggio	Riso e fagioli finocchio	Pasta e piselli uovo zucchine	Pasta al sugo prosciutto Formaggio	Pasta e ceci zucchine	Pasta in brodo insalata bresaola	Pasto libero
Frutta / Frullato Frutta secca	Frutta Yogurt greco	Frutta / Frullato Frutta secca	Frutta Yogurt greco	Frutta / Frullato Frutta secca	Frutta Yogurt greco	Frutta / Frullato Frutta secca
Fettine di carne zucchine grigliate pane	hamburger carote pane	Salsiccia patate lesse insalata	Pollo finocchi a gratè gallette/pane	Pesce melanzane gallette/pane	Pasto libero	Pollo zucchine Pane