

Menù settimanale per un campo di sport sulla neve

	Primo giorno	Secondo giorno	Terzo giorno	Quarto giorno	Quinto giorno
Colazione		Pane Burro e marmellata Cereali Succhi, tè, cacao in polvere Latte	Pane Burro e marmellata Cereali Succhi, tè, cacao in polvere Latte	Pane Burro e marmellata Cereali Succhi, tè, cacao in polvere Latte	Pane Burro e marmellata Cereali Succhi, tè, cacao in polvere Latte
Pranzo		Pane Prosciutto, formaggio Porzione di formaggio e uova sode Cocomeri Cioccolata militare, barrette ai cereali Frutta e carote Tè	Pane Salsiccia da mangiare cruda, formaggio Porzione di formaggio e uova sode Cocomeri Torta alle noci, barrette ai cereali Frutta e carote Tè	Pane Salumi, formaggio Porzione di formaggio e uova sode Cocomeri Cioccolata militare, barrette ai cereali Frutta e carote Tè	Pane Prosciutto, salumi, formaggio Formaggio e uova sode Cocomeri Cake di banane, barrette ai cereali Cioccolata militare Frutta e carote Tè
Cena	Insalata indivia con chicchi di granoturco Penne 5 Pi Cake di banane	Insalata eisberg con pinoli Riso casimiro Sminuzzato di pollo al curry e frutta Gelato Menu vegetariano: riso casimiro alla frutta	Lattuga con perle di mozzarella Hamburger di manzo Purea di patate (Stocki) Piselli e carote Mele cotte con cannella Menu vegetariano: formaggio tomme impanato da grigliare	Insalata di carote con arance e mele Sminuzzato di manzo Fusilli alle erbe Gratin di verdure Pere cotte con crema al cioccolato Menu vegetariano: spezzatino di tofu Stroganoff	

Documenti da scaricare

- [Ricette](#) (pdf)
- [Ricette vegetariane](#) (pdf)
- [Lista della spesa](#) (xls)

XXXXXX

	Primo giorno	Secondo giorno	Terzo giorno	Quarto giorno	Quinto giorno
Colazione					
Pranzo					
Cena					

[Vedere le ricette](#)

XXXXXX

	Primo giorno	Secondo giorno	Terzo giorno	Quarto giorno	Quinto giorno
Colazione					
Pranzo					
Cena					

[Vedere le ricette](#)