

MENU' VEGANO ESTATE: COLAZIONI E MERENDE

3° settimana	colazione del mattino	Grammi Nido	Grammi Materna	merenda mattutina	Grammi Nido	Grammi Materna	merenda pomeridiana	Grammi Nido	Grammi Materna			
Lunedì	latte di soia/riso	150	150	Frutta di stagione	120	150	succo di frutta e fette o pane	70	100			
	caffè d'orzo	a piacere	a piacere							succo di frutta	10	20
	zucchero	10	10							fette biscottate	15	30
	pane*	20	40							pane		
Martedì	latte di soia/riso	150	150	Frutta di stagione	120	150	torta all'arancia o al limone (no uovo/no latte)	25	40			
	caffè d'orzo	a piacere	a piacere							torta no uovo/no latte	a piacere	a piacere
	zucchero	10	10							camomilla		
	pane*	20	40									
Mercoledì	latte di soia/riso	150	150	Frutta di stagione	120	150	dessert di soia	110	110			
	caffè d'orzo	a piacere	a piacere							dessert di soia		
	zucchero	10	10									
	pane*	20	40									
Giovedì	latte di soia/riso	150	150	Frutta di stagione	120	150	pane e marmellata	20	35			
	caffè d'orzo	a piacere	a piacere							pane	10	20
	zucchero	10	10							marmellata		
	pane*	20	40									
Venerdì	latte di soia/riso	150	150	Frutta di stagione	120	150	Frutta di Stagione	120	150			
	caffè d'orzo	a piacere	a piacere							frutta		
	zucchero	10	10									
	pane*	20	40									
*alternative:	cornflakes	15	30									
	biscotti no uovo/latte	15	25									
	fette biscottate	15	30									