

## MENU' VEGANO INVERNO: COLAZIONI E MERENDE

2° settimana INVERNO	colazione del mattino	grammi nido	grammi materna	merenda mattutina	grammi nido	grammi materna	merenda pomeridiana	grammi nido	grammi materna
<b>Lunedì</b>	<b>latte di soia/riso</b> caffè d'orzo zucchero pane*	150 a piacere 10 20	150 a piacere 10 40	<b>Frutta di stagione</b>	120	150	<b>pane e marmellata</b> pane marmellata	20 10	35 20
<b>Martedì</b>	<b>latte di soia/riso</b> caffè d'orzo zucchero pane*	150 a piacere 10 20	150 a piacere 10 40	<b>Frutta di stagione</b>	120	150	<b>latte di soia o riso e biscotti no uovo/latte</b> latte di soia/riso caffè d'orzo biscotti no uovo/latte	60 a piacere 10	100 a piacere 20
<b>Mercoledì</b>	<b>latte di soia/riso</b> caffè d'orzo zucchero pane*	150 a piacere 10 20	150 a piacere 10 40	<b>Frutta di stagione</b>	120	150	<b>torta all'arancia o al limone (no uovo/latte)</b> torta no uovo/latte camomilla	25 a piacere	40 a piacere
<b>Giovedì</b>	<b>latte di soia/riso</b> caffè d'orzo zucchero pane*	150 a piacere 10 20	150 a piacere 10 40	<b>Frutta di stagione</b>	120	150	<b>dessert di soia</b> dessert di soia	110	110
<b>Venerdì</b>	<b>latte di soia/riso</b> caffè d'orzo zucchero pane*	150 a piacere 10 20	150 a piacere 10 40	<b>Frutta di stagione</b>	120	150	<b>frutta di stagione</b> frutta	120	150
<b>*alternative:</b>	cornflakes biscotti no uovo/latte fette biscottate	15 15 15	30 25 30						