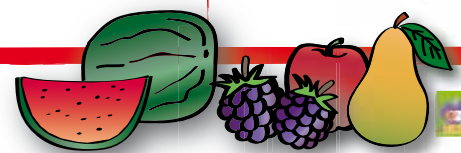
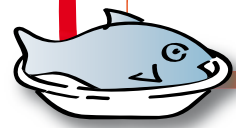




Agosto

Lunedì Martedì Mercoledì Giovedì Venerdì Sabato Domenica

COLAZIONE SNACK PRANZO SNACK CENA	Crostata con marmellata Latte/caffè/orzo/the/ succo frutta/yogurt	Salame di cioccolato light Latte/caffè/orzo/the/ succo frutta/yogurt	Maritozzi di una volta con lievito madre e panna Latte/caffè/orzo/the/ succo frutta/yogurt	Gelatina di melagrana Latte/caffè/orzo/the/ yogurt	Mini plum-cake con cuore di marmellata di more Latte/caffè/orzo/the/ yogurt	Crema di limone con frutta fresca Latte/caffè/orzo/the/ yogurt	Biscotti con mirtillo, noci e pinoli Latte/caffè/ orzo/the yogurt
	Crema di cocomero	Frutta a scelta: banana/pera/pesca/susina/frutta secca	Torta alla frutta fresca con olio di oliva	Frutta secca	Ghiaccioli alla frutta estiva	Pizzi leccesi... panini sfiziosi	Macedonia con salsa di kiwi
	Pasta fredda: farfalle alle verdure Melanzane grigliate e marinate alle erbe	Spaghetti alla carbonara con melissa Fiori di zucca in tempura	Tortino d'orzo con verdure Melanzane ripiene light	Pappardelle friggirelli e gamberi Fricchiò all'anconetana: verdure stufate	Farro e/o pasta alici fresche e tonno Panzanella estiva con feta	Riccioli alle erbe aromatiche Moscioli di Portonovo alla marinara	Sciatatielli coi moscioli Moscioli di Portonovo fritti
	Frutta a scelta: banana/pera/pesca/susina/frutta secca	Frutta a scelta: banana/pera/pesca/susina/frutta secca	Frutta a scelta: banana/pera/pesca/susina/frutta secca	Grissini veloci mais e farina di ceci	Frutta a scelta: banana/pera/pesca/susina/frutta secca	Cocomero	Gelato alla frutta light "espresso" VIDEORICETTA
	Ricetta con fagioli diavoli dei Sibillini	Torta di patate, cotto e scamorza	Carne alla griglia nel barbecue	Zucchine ripiene di carne e polpette	Polpo con le patate	Paella mista di campagna Sangria: come prepararla in casa	Pesce spada allo zenzero



Ricette di campagna - di Raffa

