

MENU SETTIMANALE DI AGOSTO

	Colazione	Pranzo	Cena
Lunedì			
Martedì			
Mercoledì			
Giovedì			
Venerdì			
Sabato			
Domenica			

PRODOTTI DI STAGIONE

AROMI: Basilico, maggiorana, menta piperita, peperoncino, prezzemolo, salvia

FRUTTA: Angurie, fichi, fragole, mele, meloni, more di rovo, nocciole, pere, pesche, pompelmi, prugne, susine, uva

VERDURA: Bietole, carote, cavoli cappuccio, cetrioli, cicorie, cipolle, fagioli, fagiolini, indivie, insalate, melanzane, patate, peperoni, piselli, pomodori, porri, rape, radicchi, ravanelli, rucola, sedani, spinaci, valerianella, zucche, zucchine

PESCE: Acciuga, cefalo, dentice, nasello, orata, pesce spada, ricciola, sarago, sardina, sgombro, sogliola, triglia, tonno rosso