



3° Focus sulla Sindrome Fibromialgica
6 giugno 2015

MENÙ PROPOSTO

APERITIVO

Polentine fritte
Arancini di riso
Farro alla curcuma e verdure
Riso freddo con macedonia di verdure

Beverage: Succo di melograno

PRANZO

Risotto con asparagi
Quinoa con carciofi

Tacchino al limone
Petto di pollo con zenzero e curcuma

Verdure, carciofi e cavolfiore bianco lessati
Zucchine, radicchio e indivia belga alla griglia
Insalata di finocchi, rucola e sedano

Yogurt alla soia
Latte di riso
Torta di Riso
Frutta tagliata

Tisane

Acqua