

MENU PRIMAVERA ESTATE

I SETTIMANA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SPUNTINO	FRUTTA	FRUTTA	FRUTTA	FRUTTA	FRUTTA
PRANZO	❖ Minestra di verdure con farro/orzo ❖ Formaggio fresco ❖ Pomodori ❖ Pane con i semi	❖ Couscous con carne tofu e verdure ❖ Biete/fagiolini all'olio ❖ Pane integrale con semi	❖ Pastina integrale con brunoise di verdura ❖ Torta salata ricotta e spinaci ❖ Pane bianco	❖ Riso e lenticchie ❖ Macedonia di verdure ❖ Pane integrale	❖ Pasta al pesto di fagiolini ❖ Crocchette di pesce ❖ Zucchine al vapore ❖ Pane integrale
MERENDA	Pane e marmellata senza zucchero	Yogurt bianco	Galette/crackers e ricotta	Latte e cereali	Latte e biscotti secchi

II SETTIMANA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SPUNTINO	FRUTTA	FRUTTA	FRUTTA	FRUTTA	FRUTTA
PRANZO	❖ Passato di verdura ❖ Uovo sodo ❖ Patate al vapore ❖ Pane con semi	❖ Riso/orzo/farro primavera ❖ Straccetti di vitello alla pizzaiola ❖ Pane ai semi	❖ Gnocchi alla romana ❖ Verdura cotta ❖ Insalata verde ❖ Pane bianco	❖ Vellutata di patate e ceci con crostini ❖ Verdura cotta ❖ Pane integrale	❖ Risotto giallo ❖ Nasello alla mugnaia ❖ Insalata arlecchino ❖ Pane integrale
MERENDA	Pane e ricotta	Yogurt bianco	Galette/crackers e marmellata	Latte e cereali	Latte e biscotti secchi

III SETTIMANA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SPUNTINO	FRUTTA	FRUTTA	FRUTTA	FRUTTA	FRUTTA
PRANZO	❖ Minestra di verdure con orzo ❖ Tortino di verdura ❖ Formaggio ❖ Pane con semi	❖ Merluzzo gratinato ❖ Patate e spinaci ❖ Pane con semi	❖ Pasta ai piselli/lenticchie ❖ Pomodori e cetrioli ❖ Pane bianco	❖ Brodo con riso e prezzemolo ❖ Tacchino al limone ❖ Purea di patate ❖ Pane integrale	❖ Pizza ❖ Zucchine all'olio ❖ Pane integrale
MERENDA	Pane e marmellata senza zucchero	Yogurt bianco	Galette/crackers e ricotta	Latte e cereali	Latte e biscotti secchi

MENU PRIMAVERA ESTATE

IV SETTIMANA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SPUNTINO	FRUTTA	FRUTTA	FRUTTA	FRUTTA	FRUTTA
PRANZO	❖ Fesa di pollo ❖ Patate e spinaci ❖ Pane con semi	❖ Tortelloni ricotta e spinaci ❖ Insalata di pomodori ❖ Pane con semi	❖ Risotto parmigiana ❖ Crocchette di legumi ❖ Verdura cotta ❖ Insalata mista ❖ Pane bianco	❖ Pasta al ragù ❖ Macedonia di verdura cotta ❖ Pane integrale	❖ Passato di verdura e orzo ❖ Sogliola al forno con pomodorini ❖ Pane integrale
MERENDA	Pane e ricotta	Yogurt bianco	Galette/crackers e marmellata	Latte e cereali	Latte e biscotti secchi

V SETTIMANA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SPUNTINO	FRUTTA	FRUTTA	FRUTTA	FRUTTA	FRUTTA
PRANZO	❖ Passato di verdura ❖ Formaggio pasta molle ❖ Patate al forno ❖ Pane con semi	❖ Riso cantonese ❖ Zucchine trifolate ❖ Pane con semi	❖ Pasta e lenticchie ❖ Insalata di pomodori ❖ Pane bianco	❖ Passato di verdura ❖ Sminuzzato ❖ Purè di patate ❖ Pane integrale	❖ Couscous con verdure ❖ Polpette di pesce ❖ Verdure cotte ❖ Pane integrale
MERENDA	Pane e marmellata senza zucchero	Yogurt bianco	Galette/crackers e ricotta	Latte e cereali	Latte e biscotti secchi

VI SETTIMANA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SPUNTINO	FRUTTA	FRUTTA	FRUTTA	FRUTTA	FRUTTA
PRANZO	❖ Passato di verdura ❖ Farro al pesto di zucchine con ceci ❖ Pane con semi	❖ Risotto allo zafferano ❖ Insalata di fagiolini e uova sode ❖ Verdura cotta ❖ Pane con semi	❖ Bulgur con verdure ❖ Polpettone ❖ Bastoncini di verdure crude ❖ Pane bianco	❖ Merluzzo con pomodorini e patate ❖ Insalata mista ❖ Pane integrale	❖ Passato di verdure ❖ Pizza ❖ Pane integrale
MERENDA	Pane e ricotta	Yogurt bianco	Galette/crackers e ricotta	Latte e cereali	Latte e biscotti secchi