

MENÙ INVERNALE

	1.a SETTIMANA	2.a SETTIMANA	3.a SETTIMANA	4.a SETTIMANA
LUNEDI'	Pasta al burro 1-2 Prosciutto cotto di coscia * Fagiolini al sugo di pomodoro 8 Frutta di stagione	Minestra di riso con verdure * Filetti di pollo alla milanese * Fagiolini all'olio di oliva Frutta di stagione	Gnocchi alla romana * Prosciutto cotto di coscia * Carote lessate in insalata Frutta di stagione	Tortellini o ravioli in brodo vegetale 2-* Uovo (sodo) e piselli in umido 3 Frutta di stagione
MARTEDI'	Minestrina con verdure in brodo vegetale 2- * Formaggio 1 Insalata verde (manigotto) Frutta di stagione	Pasta al forno (con ripieno di tritata di vitello, mozzarella e grana padano) 1-2-* Carote lessate o finocchi in insalata Frutta di stagione	Minestrina con verdure in brodo vegetale 2-* Formaggio 1 Pomodori o fagiolini in insalata Frutta di stagione	Pasta al burro e salvia 1-2 Bocconcini di vitello con sugo di pomodoro Fagiolini all'olio di oliva Frutta di stagione
MERCOLEDI'	Risotto alla milanese * Tortino arcobaleno con grana padano 1-3 Carote lessate in insalata Frutta di stagione	Minestrone di verdure pasta 2 Uovo sodo condito 3 Insalata di patate o verdura di stagione Frutta di stagione	Pasta al sugo di pomodoro e gusti 2-8- Tortino arcobaleno con grana padano 1-3 Finocchi in insalata Frutta di stagione	Minestra di pasta con ceci o lenticchie 2 Formaggio 1 Carote lessate in insalata Frutta di stagione
GIOVEDI'	Minestrone di verdure 2-* Arrosto di tacchino * Patate gratinate al forno Frutta di stagione	Pasta al pesto 2-5 Formaggio 1 Piselli in umido Frutta di stagione	Minestrone di verdure 2 Polpette di vitello al forno 1-3-8 Insalata verde (manigotto) Frutta di stagione	Pizza 1-2 Insalata verde o pomodori in insalata Frutta di stagione
VENERDI'	Pasta al sugo di pomodoro e gusti 2-8-* Tonno in olio di oliva (sgocciolato) 4-* Insalata mista (manigotto-finocchi-pomodoro) Frutta di stagione	Minestrina con verdure in brodo vegetale 2 * Bastoncini di merluzzo al forno 4-* Insalata verde (manigotto) Frutta di stagione	Pasta e piselli 2 Filetto di merluzzo al forno 4-* Patate in insalata Frutta di stagione	Minestrina con verdure in brodo vegetale 2 * Bocconcini di merluzzo al forno 4-* Purea di patate (fatta dalla cuoca) 1 Frutta di stagione

La dieta giornaliera è sempre accompagnata da una pagnottina di pane

FORMAGGIO: asiago o caciotta o mozzarella o stracchino o filadelfia o primo sale

FRUTTA: mela o pera o uva o mandarancio o banana

La frutta è alternata con: dolce e succo di frutta - macedonia di frutta - frutta cotta (mele o pere al forno)

"le informazioni circa la presenza di sostanze o prodotti che provocano allergie o intolleranze sono disponibili rivolgendosi alla coordinatrice."

Per numeri e asterischi (*) vedi tabella segnalazione allergeni

MENU' ESTIVO

	1.a SETTIMANA	2.a SETTIMANA	3.a SETTIMANA	4.a SETTIMANA
LUNEDI'	Pasta al burro 1-2 Prosciutto cotto di coscia * Fagiolini al sugo di pomodoro Frutta di stagione	Riso e piselli Formaggio 1 Fagiolini all'olio di oliva Frutta di stagione	Riso in bianco (burro o olio d'oliva) 1 Prosciutto cotto di coscia * Carote lessate in insalata Frutta di stagione	Pasta al sugo di pomodoro e gusti 2-8 Uovo (sodo) e piselli in umido 3 Frutta di stagione
MARTEDI'	Pasta e fagioli 2 Formaggio 1 Insalata verde (manigotto) Frutta di stagione	Orecchiette al pesto 2-5-8 Bocconcini di vitello con sugo di pomodoro Carote lessate o finocchi in insalata Succo di frutta e dolce	Pasta al pesto 2-5 Formaggio 1 Pomodori o fagiolini in insalata Frutta di stagione	Pasta al burro- salvia o pasta in insalata con pomodoro e basilico 1-2 Svizzera di tacchino al forno * Fagiolini in insalata Frutta di stagione
MERCOLEDI'	Risotto al pomodoro Tortino arcobaleno con grana padano 1-3 Carote lessate in insalata Frutta di stagione	Pizza 1-2 Insalata verde Frutta di stagione	Pasta al sugo di pomodoro e gusti 2-8 Tortino arcobaleno con grana padano 1-3 Finocchi in insalata Frutta di stagione	Pasta e ceci o lenticchie 2 Formaggio 1 Pomodori in insalata Frutta di stagione
GIOVEDI'	Minestrone di verdure 2 Arrosti di tacchino freddo Patate gratinate al forno Frutta di stagione	Pasta all'olio di oliva 2 Uovo sodo condito 3 Pomodori in insalata Frutta di stagione	Minestrone di verdure 2 Arrosti (rolata) di pollo * Patate in insalata Frutta di stagione	Risotto con sugo 8 Lonza di maiale cotto al forno Insalata verde o pomodori in insalata Frutta di stagione
VENERDI'	Pasta al sugo di pomodoro e gusti 2-8 Tonno in olio di oliva (sgocciolato) 4-* Insalata mista (manigotto-finocchi-pomodoro) Frutta di stagione	Pasta al sugo di pomodoro 2 Bastoncini di merluzzo al forno 4-* Patate in insalata Frutta di stagione	Pasta e piselli 2 Filetto di merluzzo al forno 4-* Insalata verde (manigotto) Frutta di stagione	Minestrina con verdure in brodo vegetale 2 * Bocconcini di merluzzo al forno 4-* Purea di patate (fatta dalla cuoca) 1 Frutta di stagione

La dieta giornaliera è sempre accompagnata da una razione di pane

FORMAGGIO: asiago o caciotta o mozzarella o stracchino o filadelfia o primo sale

FRUTTA: mela o pera o banana o pesca o albicocca

La frutta è alternata con: gelato o dolce e succo di frutta o budino al cioccolato o macedonia di frutta

"le informazioni circa la presenza di sostanze o prodotti che provocano allergie o intolleranze sono disponibili rivolgendosi alla coordinatrice."

Per numeri e asterischi (*) vedi tabella segnalazione allergeni

SEGNALAZIONE NUMERICA DEGLI ALLERGENI

1	Latte e prodotti derivati
2	Cereali contenenti glutine (grano, orzo, segale, avena, farro, kamut) e prodotti derivati
3	Uova e prodotti derivati
4	Pesce e prodotti derivati
5	Frutta a guscio (mandorle, nocciole, noci, pistacchi, ecc.) e prodotti derivati
6	Arachidi e prodotti derivati
7	Soia e prodotti derivati
8	Sedano e prodotti derivati
9	Senape e prodotti derivati
10	Lupino e prodotti derivati
11	Semi di sesamo e prodotti derivati
12	Anidride solforosa e solfiti in concentrazione superiori a 10 mg/l
13	Crostacei e prodotti derivati
14	Molluschi e prodotti a base di molluschi
*	Controllare nell'etichetta la possibile presenza di allergeni