



TABELLA DIETETICA

Menu invernale senza latte e derivati

Prima settimana



LUNEDI'	*Pasta integrale al pomodoro Legumi Finocchi in insalata Frutta
MARTEDI'	Passato di verdura con orzo Sogliola Patate prezzemolate Frutta
MERCOLEDI'	Carote cotte Polenta e spezzatino Frutta
GIOVEDI'	Gnocchetti sardi con erbe Frittata Fagiolini Frutta
VENERDI'	Risotto con crema di lenticchie Hamburger vegetale SL Zucchine trifolate Frutta

Seconda settimana



LUNEDI'	Crema di verdure con cereali misti Frittata Finocchi in insalata Frutta
MARTEDI'	Carote julienne Pizza al pomodoro Legumi Frutta
MERCOLEDI'	Risotto alla zucca Tacchino impanato al forno Insalata Frutta
GIOVEDI'	Pasta con crema di broccoli SL Filetto di merluzzo al forno Insalata Frutta
VENERDI'	Pasta e ceci Patate al forno Fagiolini Frutta

Terza settimana



LUNEDI'	*Pasta integrale con sugo di verdure Uova Fagiolini Frutta
MARTEDI'	Risotto allo zafferano Platessa gratinata Carote julienne Frutta
MERCOLEDI'	Passato di verdure con farro Bocconcini di pollo agli aromi Insalata Frutta
GIOVEDI'	Pasta e fagioli Purè SL di patate Zucchine trifolate Frutta
VENERDI'	Gnocchetti di patate pomodoro basilico Filetto di nasello al forno Finocchi in insalata Frutta

Quarta settimana



LUNEDI'	Risotto con crema di piselli Frittata di verdure Broccoli Frutta
MARTEDI'	Insalata Pizza al pomodoro Legumi Frutta
MERCOLEDI'	*Pasta integrale al pesto SL Scaloppine di tacchino al limone Carote julienne Frutta
GIOVEDI'	Pasta all'olio Sogliola al forno Fagiolini Frutta
VENERDI'	Passato di verdura con orzo Tortino SL di legumi e verdure Finocchi in insalata Frutta

Tutti i piatti presenti in menù sono preparati con alimenti privi dell'allergene latte come ingrediente o tracce in etichetta.

LUNEDI'/MERCOLEDI'/VENERDI' Pane bianco
MARTEDI' Pane integrale
GIOVEDI' Pane ai cinque cereali

Frutta servita a metà mattina: mela, pera, banana, mandarino...

*Pasta biologica