

MENU' AUTUNNALE

A.S. 2022-2023

dieta no GLUTINE



		PRIMO	SECONDO	CONTORNO	FRUTTA
1° settimana	LUN	Pasta al pomodoro*	Fettina di pollo alle verdure	Insalata verde	frutta
	MAR	Passato di verdura con riso (mat)	Pizza Margherita (mat)	Frutta (mat)	yogurt
		Riso all'olio(elem)	Formaggio casatella (elem)	Carote a bastoncino (elem)	frutta
	MER	Riso all'olio(elem)	Formaggio casatella (mat)	Carote a bastoncino (mat)	frutta
		Passato di verdura con riso (elem)	Pizza margherita (elem)	Frutta (elem)	yogurt
GIO	Ditalini all'olio*	Frittatina di solo uovo	Piselli al tegame	frutta	
VEN	Crema di patate con pastina*	Halibut al forno*	Carote a vapore	frutta	
2° settimana	LUN	Pasta all'olio*	Bastoncini di pesce al forno*	Insalata e cappuccio	frutta
	MAR	Vellutata di carote con riso*	Hamburger di solo manzo	Patate a vapore	frutta
	MER	Pennette al burro*	Sovracoscia di pollo	Fagiolini a vapore	yogurt
	GIO	Pasta al ragù di manzo*	Mozzarella bio	Insalata verde	frutta
	VEN	Pasta e fagioli*	Uova sode	Carote baby a vapore	frutta
3° settimana	LUN	Passato di verdure	Frittatina di solo uovo	Spinaci a vapore	frutta
	MAR	Pasta al pomodoro*	Formaggio AsiagoDOP	Insalata verde	frutta
	MER	Riso all'olio e parmigiano	Fettina di tacchino al limone	Zucca al forno	budino
	GIO	Passato di verdure	Brasato di manzo	Purè di patate	frutta
	VEN	Gnocchetti sardi al pomodoro*	Merluzzo al forno	Fagiolini a vapore	frutta
4° settimana	LUN	Vellutata di zucca con riso*	Formaggio Casatella	Patate al forno	frutta
	MAR	Mezze penne all'olio	Fagioli spadellati	Zucchine a vapore	frutta
	mer	Ditalini al ragù vegetale *	Prosciutto cotto	Carote a bastoncino	frutta
	GIO	Pasta al pomodoro*	Sovra coscia di pollo al forno	Spinaci a vapore	frutta
	VEN	Riso all'olio	Merluzzo al forno	Insalata verde	yogurt
5° settimana	LUN	Fusilli Mammarosa *(pom e ricotta)	Spezzatino di manzo	Carote all'olio	frutta
	MAR	Farfalle all'olio*	Uova sode	Fagiolini a vapore	budino
	MER	Pasta e fagioli*	Mozzarella bio	Insalata verde	frutta
	GIO	Riso al pomodoro*	Fesa di tacchino al forno	Finocchi julienne	frutta
	VEN	Vellutata di carote con riso	Merluzzo al forno	Patate al forno	frutta

I PIATTI CONTRASSEGNA TI IN ROSSO CON * VENGONO SOSTITUITI CON PRODOTTI PER CELIACI (PASTA , PIZZA, GNOCCHI, RAVIOLI, BASTONCINI DI PESCE)

I PIATTI IN BLU SONO RICETTE MODIFICATE SENZA GLUTINE