

Menù Autunnale

DIETA NO FRUTTA A GUSCIO



		PRIMO	SECONDO	CONTORNO
1° settimana	LUN	Chifferi al pomodoro	Fettina di pollo alle verdure	Cappuccio julienne
	MAR	Verdure julienne (elem) (carote e/o finocchi e/o peperoni)	Pizza margherita (mat)	Yogurt (mat)
		Riso agli spinaci* (elem)	Polpette di sola carne (elem)*	Tris di verdura al vapore (elem) (carote, broccoli, cavolfiori) *
	MER	Riso agli spinaci* (mat)	Polpette di sola carne (mat)*	Tris di verdura al vapore (mat) (carote, broccoli, cavolfiori) *
		Verdure julienne (elem) (carote e/o finocchi e/o peperoni)	Pizza margherita (elem)	Yogurt da bere (elem)
	GIO	Noccioline all'olio	Frittata al forno	Piselli al tegame*
	VEN	Crema di patate con pastina	Filetto di merluzzo gratinato*	Carote julienne
2° settimana	LUN	Fusilli integrali mammarosa	Formaggio casatella	Insalata e cappuccio
	MAR	Vellutata di zucca con crostini	Sovracoscia di pollo al forno	Patate al forno
	MER	Pennette al burro	Merluzzo al forno*	Fagiolini a vapore*
	GIO	Carote julienne	Pasticcio* di carne	Panecioc del fornaio
	VEN	Crema di fagioli con pastina	Frittata al forno (mat)	Spinaci all'olio*
			Uovo sodo (da sgusciare) (elem)	
3° settimana	LUN	Riso all'olio e parmigiano	Fettina di tacchino al limone	Zucca al forno
	MAR	Noccioline con piselli* e pomodoro	Formaggio asiago dop	Insalata verde con mais
	MER	Mezze penne al burro	Uova strapazzate con ricotta	Carote a vapore*
	GIO	Passato di verdure con crostini	Brasato di manzo	Purè di patate
	VEN	Gnocchetti sardi al pomodoro	Merluzzo al forno*	Fagiolini a vapore*
4° settimana	LUN	Farfalle alla parmigiana	Sovracoscia di pollo al forno	Insalata verde e finocchi
	MAR	Ravioli ric.spinaci al burro (mat)*	Legumi spadellati (mat)*	Zucchine al forno (mat)
		Carote julienne (elem)	Pizza margherita (elem)	Yogurt da bere (elem)
	MER	Carote julienne (mat)	Pizza margherita (mat)	Yogurt (mat)
		Ravioli ric.spinaci al burro (elem)*	Legumi spadellati (elem)*	Zucchine al forno (elem)
	GIO	Mezze penne al pomodoro	Hamburger di sola carne*	Spinaci all'olio*
	VEN	Risotto di porri e zucca	Filetto di merluzzo al forno*	Tris di verdure a vapore*
5° settimana	LUN	Fusilli integrali al tonno (elem)	Mozzarella bio	Insalata verde e fagioli
		Fusilli integrali al pomodoro (mat)		
	MAR	Riso al pomodoro	Frittata al forno con patate	Insalata di finocchi
	MER	Fagiolini a vapore *	Gnocchi* al ragù	Mousse di frutta
	GIO	Vellutata di carote con crostini	Fettina di tacchino al sugo	Patate al forno
	VEN	Pastina in brodo	Merluzzo al forno*	Zucca al forno

il pane comune ed integrale verrà sostituito con GALLETTE DI RISO O DI MAIS O CRACKERS CRICK

*prodotto surgelato o che potrebbe essere surgelato