

Menù Autunnale

DIETA NO LATTE E DERIVATI



		PRIMO	SECONDO	CONTORNO
1° settimana	LUN	Pasta al pomodoro	Petto di pollo	Insalata e cappuccio
	MAR	Vellutata di zucca con crostini	Sovracoscia di pollo al forno	Patate al forno
	MER	Pasta all'olio	Merluzzo al forno*	Fagiolini a vapore*
	GIO	Carote julienne	Pasta al ragù	Merendina no latte e derivati
	VEN	Crema di fagioli con pastina	Frittata di solo uovo (mat) Uovo sodo (da sgusciare) (elem)	Spinaci all'olio*
2° settimana	LUN	Riso all'olio	Fettina di tacchino al limone	Zucca al forno
	MAR	Noccioline con piselli e pomodoro	Petto di pollo	Insalata verde con mais
	MER	Mezza penne all'olio	Uova strapazzate solo uovo	Carote a vapore*
	GIO	Passato di verdure con crostini	Brasato di manzo	Patate al vapore
	VEN	Gnocchetti sardi al pomodoro	Merluzzo al forno*	Fagiolini a vapore*
3° settimana	LUN	Pasta all'olio	Sovracoscia di pollo al forno	Insalata verde e finocchi
	MAR	Pasta all'olio (mat)	Legumi spadellati (mat)*	Zucchine al forno (mat)
		Pasta all'olio (elem)	Frittata solo uovo (elem)	Carote julienne (elem)
	MER	Pasta all'olio (mat)	Frittata solo uovo (mat)	Carote julienne (mat)
		Pasta all'olio (elem)	Legumi Spadellati (elem)*	Zucchine al forno (elem)
	GIO	Mezze penne al pomodoro	Hamburger di sola carne*	Spinaci all'olio*
	VEN	Riso all'olio	Filetto di merluzzo al forno*	Tris di verdure a vapore*
4° settimana	LUN	Fusilli integrali al tonno (elem)	Petto di pollo	Insalata verde e fagioli
		Fusilli integrali al pomodoro (mat)		
	MAR	Riso al pomodoro	Frittata solo uova	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
5° settimana	LUN	Chifferi al pomodoro	Fettina di pollo alle verdure	Cappuccio julienne
	MAR	Riso all'olio (mat)	Prosciutto cotto (mat)	Verdure julienne (mat) (carote e/o finocchi e/o peperoni)
		Riso all'olio (elem)	Polpette di sola carne (elem)*	Tris di verdura al vapore (elem) (carote, broccoli, cavolfiori) *
	MER	Riso all'olio (mat)	Polpette di sola carne (mat)*	Tris di verdura al vapore (mat) (carote, broccoli, cavolfiori) *
		Riso all'olio (elem)	Prosciutto cotto (elem)	Verdure julienne (elem) (carote e/o finocchi e/o peperoni)
	GIO	Noccioline all'olio	Frittatina solo uova	Piselli al tegame*
	VEN	Crema di patate con pastina	Filetto di merluzzo gratinato*	Carote julienne

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

*prodotto surgelato o che potrebbe essere surgelato