

Menù Autunnale

DIETA NO POMODORO



		PRIMO	SECONDO	CONTORNO
1° settimana	LUN	Pasta all'olio	Formaggio casatella	Insalata e cappuccio
	MAR	Vellutata di zucca con crostini	Sovracoscia di pollo al forno	patate al forno
	MER	Pennette al burro	Tortino di pesce*	Fagiolini a vapore *
	GIO	Pasta all'olio	Petto di pollo	Carote julienne
	VEN	Crema di fagioli con pastina	Frittata al forno (mat)	Spinaci all'olio*
			Uovo sodo (da sgusciare) (elem)	
2° settimana	LUN	Riso all'olio e parmigiano	Fettina di tacchino al limone	Zucca al forno
	MAR	Pasta all'olio	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	Fettina di manzo in bianco	Purè di patate
	VEN	Pasta all'olio	Polpette di pesce*	Fagiolini a vapore*
3° settimana	LUN	Farfalle alla parmigiana	Sovracoscia di pollo al forno	Insalata verde e finocchi
	MAR	Ravioli ric.spinaci al burro (mat)*	Tortino di legumi (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)
		Ravioli ric.spinaci al burro (elem)*	Tortino di legumi (elem)	Zucchine al forno (elem)
	VEN	Risotto di porri e zucca	Filetto di merluzzo al forno*	Tris di verdure a vapore*
4° settimana	LUN	Fusilli integrali al tonno (elem)	Mozzarella bio	Insalata verde e fagioli
		Pasta integrale all'olio (mat)		
	MAR	Riso all'olio	Frittata al forno con patate	Insalata di finocchi
	MER	Pasta all'olio	Petto di pollo	Fagiolini a vapore *
	GIO	Vellutata di carote con crostini	Polpette di tacchino in bianco	Patate al forno
	VEN	Pasta all'olio	Medaglioni di merluzzo* al forno	Zucca al forno
5° settimana	LUN	Pasta all'olio	Petto di pollo	Cappuccio julienne
	MAR	Riso all'olio (mat)	Prosciutto cotto (mat)	Verdure julienne (mat) (carote e/o finocchi e/o peperoni)
		Riso agli spinaci* (elem)	Polpette di manzo (elem)*	Tris di verdura al vapore (elem) (carote, broccoli, cavolfiori) *
	MER	Riso agli spinaci* (mat)	Polpette di manzo (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	frittata al forno (mat)	Piselli al tegame*
	VEN	Crema di patate con pastina	Filetto di merluzzo* gratinato	Carote julienne*

*prodotto surgelato o che potrebbe essere surgelato