

Menù Autunnale

DIETA NO UOVA



		PRIMO	SECONDO	CONTORNO
1° 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	Pasta al ragù	Panecioc del fornaio
	VEN	Crema di fagioli con pastina	Petto di pollo	Spinaci all'olio*
2° 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	Prosciutto cotto	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*
3° settimana	LUN	Farfalle alla parmigiana	Sovracoscia di pollo al forno	Insalata verde e finocchi
	MAR	Pasta all'olio (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 da bere (mat)
		Pasta all'olio (elem)	Legumi Spadellati (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
		Fusilli integrali al pomodoro (mat)		
	MAR	Riso al pomodoro	Petto di pollo	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
5° settimana	VEN	Pastina in brodo	Merluzzo al forno*	Zucca al forno
	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 da bere (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	Formaggio	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