

TABELLA DIETETICA PRIMAVERA - ESTATE ANNO 2025 Comune di Liscate
NON UTILIZZARE MATERIE PRIME E NON SOMMINISTRARE PREPARAZIONI CHE CONTENGONO : latte e derivati e pasta bianca

PREPARAZIONI IN GRASSETTO = SOSTITUZIONE RISPETTO AL DIETETICO STANDART

	<i>LUNEDI</i>	<i>MARTEDI</i>	<i>MERCOLEDI</i>	<i>GIOVEDI</i>	<i>VENERDI</i>
1• SETTIMANA	<u>Riso all'olio*</u> <u>Pesce al limone</u> Carote Grattugiate Pane <u>Yogurt soia / mousse</u>	<u>Riso all'olio *</u> Hamburger tacchino Pomodori insalata Pane integrale Frutta bio	Pinzimonio Fusilli al pomodoro* <u>Bistecca</u> <u>Spinaci</u> Pane Frutta bio	Risotto allo zafferano * Plattessa impanata Fagiolini lessi Pane Frutta bio	Riso all'extravergine* Crocchette di verdure e legumi Insalata mista Pane Frutta bio
2• SETTIMANA	Pasta al tonno * ½ por..pesce in umido Zucchine julienne Pane integrale <u>Gelato soia / biscottino no latte</u>	<u>Pizza margherita rossa</u> <u>Tonno</u> Insalata mista Pane Frutta bio	Riso all'olio* Bocconcini di pollo e verdure Pane Frutta bio	Pinzimonio finocchi Pasta al pomodoro e zucchine* <u>Bistecca</u> Pane Bio Frutta bio	Passato verdura con crostini* Arrostato tacchino Pomodori insalata Pane frutta bio
3• SETTIMANA	Pasta Bio al pom bio.* <u>Bistecca</u> Insalata mista Pane <u>Biscottino no latte</u>	Risotto Bio alla milanese* Merluzzo olio limone Patate e carote al forno Pane integrale Frutta bio	Minestrone con farro* Cotoletta di pollo Fagiolini lessi Pane Frutta bio	Pasta Bio al ragu' di verdura con pom Bio* <u>Rolle liscio</u> Spinaci al forno Pane Frutta bio	<u>Riso all'olio*</u> <u>Polpettone tacchino*</u> Pomodori insalata Pane Frutta bio
4• SETTIMANA	Pasta integrale Bio al pomodoro e basilico * Uovo sodo Insalata mista Pane Frutta bio	<u>Pasta al ragù *</u> <u>Tonno</u> Zucchine lesse Pane integrale Frutta bio	Riso all'olio * Lenticchie in umido Carote lesse Pane <u>Gelato soia/biscottino no latte</u>	Pasta Bio al pesto di zuccina * Cuoricini di Merluzzo Fagiolini lessi Pane Frutta bio	Passato di verdura con orzo* Petto di pollo al forno Patate al forno Pane Frutta bio

.NOTE: utilizzo di pane a basso contenuto di sodio; utilizzo di olio extra vergine d'oliva e di sale iodato ;

Le grammature sono in linea con i documenti ATS Milano ; frutta di stagione a rotazione è di almeno 4 tipi diversi e la stessa viene spostata come spuntino di metà mattina; Il pane viene servito dopo il primo.

*NON AGGIUNGERE FORMAGGIO NELLA FASE DI PREPARAZIONE E SOMMINISTRAZIONE,

TABELLA DIETETICA PRIMAVERA - ESTATE ANNO 2025 Comune di Liscate
NON UTILIZZARE MATERIE PRIME E NON SOMMINISTRARE PREPARAZIONI CHE CONTENGONO : fave e piselli

PREPARAZIONI IN GRASSETTO = SOSTITUZIONE RISPETTO AL DIETETICO STANDART

	<i>LUNEDI</i>	<i>MARTEDI</i>	<i>MERCOLEDI</i>	<i>GIOVEDI</i>	<i>VENERDI</i>
1• SETTIMANA	Pasta bio al pesto Primo sale /crescenza Carote Grattugiate Pane Yogurt bio	<u>Ravioli /Pasta all'olio</u> Hamburger tacchino Pomodori insalata Pane integrale Frutta bio	Pinzimonio Fusilli al pomodoro Torta salata ricotta spinaci Pane Frutta bio	Risotto allo zafferano Platessa impanata Fagiolini lessi Pane Frutta bio	Pasta all'extravergine <u>Bistecca ferri</u> Insalata mista Pane Frutta bio
2• SETTIMANA	Pasta al tonno ½ por..pesce in umido Zucchine julienne Pane integrale Gelato	Pizza margherita con mozzarella Insalata mista Pane Frutta bio	Riso all'olio Bocconcini di pollo e verdure no piselli Pane Frutta bio	Pinzimonio finocchi Pasta al pomodoro e zucchine <u>Bistecca</u> Pane Bio Frutta bio	<u>Riso all'Olio</u> Arrostato tacchino Pomodori insalata Pane frutta bio
3• SETTIMANA	Pasta Bio al pom bio. Mozzarella Insalata mista Pane Torta	Risotto Bio alla milanese Merluzzo olio limone Patate e carote al forno Pane integrale Frutta bio	<u>Farro all'olio</u> Cotoletta di pollo Fagiolini lessi Pane Frutta bio	Pasta Bio al ragu' di verdura con pom Bio* Rolle al formaggio Spinaci al forno Pane Frutta bio	Pasta Bio al pesto Polpettone tacchino Pomodori insalata Pane Frutta bio
4• SETTIMANA	Pasta integrale Bio al pomodoro e basilico Uovo sodo Insalata mista Pane Frutta bio	Lasagne al ragu' Zucchine lesse Pane integrale Frutta bio	Risotto alla parmigiana Lenticchie in umido Carote lesse Pane Gelato	Pasta Bio al pesto di zucchina Cuoricini di Merluzzo Fagiolini lessi Pane Frutta bio	<u>Orzo all'olio</u> Petto di pollo al forno Patate al forno Pane Frutta bio

.NOTE: utilizzo di pane a basso contenuto di sodio; utilizzo di olio extra vergine d'oliva e di sale iodato ;
 Le grammature sono in linea con i documenti ATS Milano ; frutta di stagione a rotazione è di almeno 4 tipi diversi e la stessa viene spostata come spuntino di metà mattina; Il pane viene servito dopo il primo.

TABELLA DIETETICA PRIMAVERA - ESTATE ANNO 2025 Comune di Liscate
 NON UTILIZZARE MATERIE PRIME E NON SOMMINISTRARE PREPARAZIONI CHE CONTENGONO : formaggio e pesto
PREPARAZIONI IN GRASSETTO = SOSTITUZIONE RISPETTO AL DIETETICO STANDART

	<i>LUNEDI</i>	<i>MARTEDI</i>	<i>MERCOLEDI</i>	<i>GIOVEDI</i>	<i>VENERDI</i>
1° SETTIMANA	<u>Pasta bio all'olio*</u> <u>Pesce al limone</u> Carote Grattugiate Pane Yogurt	<u>Pasta all'olio *</u> Hamburger tacchino Pomodori insalata Pane integrale Frutta bio	Pinzimonio Fusilli al pomodoro* <u>Bistecca</u> <u>Spinaci</u> Pane Frutta bio	Risotto allo zafferano * Platessa impanata Fagiolini lessi Pane Frutta bio	Pasta all'extravergine* Crocchette di verdure e legumi Insalata mista Pane Frutta bio
2° SETTIMANA	Pasta al tonno * ½ por..pesce in umido Zucchine julienne Pane integrale Gelato	<u>Pizza margherita rossa</u> <u>Tonno</u> Insalata mista Pane Frutta bio	Riso all'olio* Bocconcini di pollo e verdure Pane Frutta bio	Pinzimonio finocchi Pasta al pomodoro e zucchine* Farinata Pane Bio Frutta bio	Passato verdura con crostini* Arrosto tacchino Pomodori insalata Pane frutta bio
3° SETTIMANA	Pasta Bio al pom bio.* <u>Bistecca</u> Insalata mista Pane Torta	Risotto Bio alla milanese* Merluzzo olio limone Patate e carote al forno Pane integrale Frutta bio	Minestrone con farro* Cotoletta di pollo Fagiolini lessi Pane Frutta bio	Pasta Bio al ragu' di verdura con pom Bio* <u>Rolle liscio</u> Spinaci al forno Pane Frutta bio	<u>Pasta Bio all'olio*</u> Polpettone tacchino* Pomodori insalata Pane Frutta bio
4° SETTIMANA	Pasta integrale Bio al pomodoro e basilico * Uovo sodo Insalata mista Pane Frutta bio	<u>Pasta al ragù *</u> <u>Tonno</u> Zucchine lesse Pane integrale Frutta bio	Riso all'olio * Lenticchie in umido Carote lesse Pane Gelato	Pasta Bio al pesto di zuccina * Cuoricini di Merluzzo Fagiolini lessi Pane Frutta bio	Passato di verdura con orzo* Petto di pollo al forno Patate al forno Pane Frutta bio

.NOTE: utilizzo di pane a basso contenuto di sodio; utilizzo di olio extra vergine d'oliva e di sale iodato ;

Le grammature sono in linea con i documenti ATS Milano ; frutta di stagione a rotazione è di almeno 4 tipi diversi e la stessa viene spostata come spuntino di metà mattina; Il pane viene servito dopo il primo.

*NON AGGIUNGERE FORMAGGIO NELLA FASE DI PREPARAZIONE E SOMMINISTRAZIONE,