

	<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 <u>Yogurt soia / mousse</u>	<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 <u>Gelato soia / biscottino no latte</u>	<u>Pizza margherita rossa</u> <u>Tonno</u> Insalata mista Pane Frutta bio	Riso all'olio extra Bocconcini di pollo e verdure Pane Frutta bio	Pinzimonio finocchi Pasta al pomodoro e zucchine Farinata di ceci 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 <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>Pasta Bio all'olio</u> Arrosto di vitellone/ 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	Risotto alla parmigiana 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.

PREPARAZIONI IN GRASSETTO = SOSTITUZIONE RISPETTO AL DIETETICO STANDART

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1. SETTIMANA	<u>Pasta bio all'olio*</u> <u>Pesce al limone</u> Carote Grattugiate Pane <u>Yogurt soia / mousse</u>	<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 <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* Arrosto 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>Pasta Bio 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 : lattosio e pomodoro

PREPARAZIONI IN GRASSETTO = SOSTITUZIONE RISPETTO AL DIETETICO STANDART

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1. SETTIMANA	<u>Pasta bio all'olio</u> <u>Pesce al limone</u> Carote Grattugiate Pane <u>Yogurt soia / mousse</u>	<u>Pasta all'olio</u> Hamburger tacchino <u>Insalata verde</u> Pane integrale Frutta bio	Pinzimonio <u>Fusilli all'olio</u> <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	<u>Pasta al tonno no sugo</u> <u>½ por..pesce</u> Zucchine julienne Pane integrale <u>Gelato soia / biscottino no latte</u>	<u>Pizza bianca</u> <u>Tonno</u> Insalata mista Pane Frutta bio	Riso all'olio extra Bocconcini di pollo e verdure Pane Frutta bio	Pinzimonio finocchi <u>Pasta alle zucchine</u> Farinata di ceci Pane Bio Frutta bio	<u>Pasta all'olio</u> Arrosto tacchino <u>insalata verde</u> Pane frutta bio
3. SETTIMANA	<u>Pasta Bio all'olio</u> <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	<u>Farro all'olio</u> Cotoletta di pollo Fagiolini lessi Pane Frutta bio	<u>Pasta Bio all'olio</u> <u>Rolle liscio</u> Spinaci al forno Pane Frutta bio	<u>Pasta Bio all'olio</u> Arrosto di vitellone/ Polpettone tacchino <u>Insalata verde</u> Pane Frutta bio
4. SETTIMANA	<u>Pasta integrale Bio olio</u> Uovo sodo Insalata mista Pane Frutta bio	<u>Pasta all'olio</u> <u>Tonno</u> Zucchine lesse Pane integrale Frutta bio	Risotto alla parmigiana <u>Lenticchie lisce</u> Carote lesse Pane <u>Gelato soia/biscottino no latte</u>	Pasta Bio al pesto di zuccina 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.