

PREPARAZIONI IN GRASSETTO = SOSTITUZIONE RISPETTO AL DIETETICO STANDART

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA	Gnocchi alla romana Uovo sodo Insalata verde Pane integrale Frutta fresca bio	<u>Pasta bio al pomodoro</u> ½ porz. formaggio Bietole Pane Biscottini	Risotto allo zafferano Lenticchie in umido Patate al forno Pane Frutta fresca bio	Passato di verdura con orzo <u>Formaggio</u> Carote grattugiate Pane Frutta fresca bio	Pasta integrale bio al pomodoro bio Crocchette di pesce Piselli Pane Frutta fresca bio
2° SETTIMANA	Pastina in brodo Asiago Patate al forno Pane integrale Frutta fresca bio	Verdura in pinzimonio (finocchi e carote) Polenta <u>con pesce al sugo</u> Pane Frutta fresca bio	Pasta bio all'olio extravergine Farinata Carote julienne Pane Pane a fette e marmellata	Risotto allo zafferano Omelette Cavolfiore gratinato Pane Frutta fresca bio	Passato di verdura e legumi con pastina Filetto di merluzzo impanato Insalata Pane Frutta fresca bio
3° SETTIMANA	Pasta bio agli aromi Tonno Finocchi in insalata Pane integrale Pane a fette e marmellata	Pasta e fagioli <u>Uovo</u> Spinaci Pane Frutta fresca bio	Verdure in pinzimonio Pizza margherita con mozzarella Pane Frutta fresca bio	Risotto alla zucca <u>Farinata</u> Fagiolini Pane Yogurt bio	Pasta pasticciata besciamella e pomod. Sogliola al forno* Insalata verde Pane Frutta fresca bio
4° SETTIMANA	Pasta bio al pesto Crescenza / Robiola Carote grattugiate Pane integrale Frutta fresca bio	Crema di carote con crostini <u>Farinata</u> Piselli Pane Frutta fresca bio	<u>Lasagna al pesto</u> Fagiolini Pane Frutta fresca bio	Pasta al pomodoro Sogliola impanata* Finocchi insalata Pane Budino	Risotto alla parmigiana Rolle di frittata Purè Pane Frutta fresca 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.