

PREPARAZIONI IN GRASSETTO = SOSTITUZIONE RISPETTO AL DIETETICO STANDART

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA	<u>Pasta all'olio</u> Uovo sodo Insalata verde Pane integrale Frutta fresca bio	Pasta bio al ragù <u>Tonno</u> Bietole Pane <u>Biscottini no latte</u>	Risotto allo zafferano Lenticchie in umido Patate al forno Pane Frutta fresca bio	Passato di verdura con orzo Arrostato tacchino 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 <u>Bistecchina</u> Patate al forno Pane integrale Frutta fresca bio	Verdura in pinzimonio (finocchi e carote) Polenta con brasato Pane Frutta fresca bio	Pasta bio all'olio extravergine <u>Bistecca</u> Carote julienne Pane Pane a fette e marmellata	Risotto allo zafferano <u>Omelette no latte</u> <u>Cavolfiore</u> 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 ½ porz. Tacchino Spinaci Pane Frutta fresca bio	Verdure in pinzimonio <u>Con legumi</u> <u>Pizza rossa</u> Pane Frutta fresca bio	Risotto alla zucca Cotoletta di pollo * Fagiolini Pane <u>Mousse</u>	<u>Pasta al pomodoro</u> Sogliola al forno* Insalata verde Pane Frutta fresca bio
4° SETTIMANA	<u>Pasta bio al pomodoro</u> <u>Bistecchina</u> Carote grattugiate Pane integrale Frutta fresca bio	Crema di carote <u>con riso</u> Cosce di pollo al forno /fusi di pollo Piselli Pane Frutta fresca bio	<u>Pasta al ragù</u> <u>Tonno</u> Fagiolini Pane Frutta fresca bio	Pasta al pomodoro Sogliola impanata* Finocchi insalata Pane <u>Budino soia</u>	Risotto alla parmigiana <u>Rolle di frittata liscia</u> <u>Patate</u> 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.

TABELLA DIETETICA AUTUNNO - INVERNO ANNO 2025/2026 Comune di Liscate
NON UTILIZZARE MATERIE PRIME E NON SOMMINISTRARE PREPARAZIONI CHE CONTENGONO : lattosio e pomodoro

PREPARAZIONI IN GRASSETTO = SOSTITUZIONE RISPETTO AL DIETETICO STANDART

	<i>LUNEDI</i>	<i>MARTEDI</i>	<i>MERCOLEDI</i>	<i>GIOVEDI</i>	<i>VENERDI</i>
<i>1° SETTIMANA</i>	<u>Pasta all'olio</u> Uovo sodo Insalata verde Pane integrale Frutta fresca bio	Pasta bio <u>al ragù bianco</u> <u>Tonno</u> Bietole Pane <u>Biscottini no latte</u>	Risotto allo zafferano <u>Lenticchie</u> Patate al forno Pane Frutta fresca bio	<u>Orzo all'olio</u> Arrostato tacchino Carote grattugiate Pane Frutta fresca bio	Pasta integrale all'olio Crocchette di pesce Piselli Pane Frutta fresca bio
<i>2° SETTIMANA</i>	Pastina in brodo <u>Bistecchina</u> Patate al forno Pane integrale Frutta fresca bio	Verdura in pinzimonio (finocchi e carote) Polenta <u>con brasato</u> <u>Senza pomodoro</u> Pane Frutta fresca bio	Pasta bio all'olio extravergine <u>Bistecchina</u> Carote julienne Pane Pane a fette e marmellata	Risotto allo zafferano <u>Omelette no latte</u> <u>Cavolfiore</u> Pane Frutta fresca bio	Pastina in brodo Filetto di merluzzo impanato Insalata Pane Frutta fresca bio
<i>3° SETTIMANA</i>	Pasta bio agli aromi Tonno Finocchi in insalata Pane integrale Pane a fette e marmellata	Pasta e fagioli <u>senza</u> <u>pomodoro</u> ½ porz. Tacchino Spinaci Pane Frutta fresca bio	Verdure in pinzimonio <u>Pasta all'olio</u> <u>Pesce al limone</u> Pane Frutta fresca bio	Risotto alla zucca Cotoletta di pollo * Fagiolini Pane <u>Mousse</u>	<u>Pasta all'olio</u> Sogliola al forno* Insalata verde Pane Frutta fresca bio
<i>4° SETTIMANA</i>	<u>Pasta bio all'olio</u> <u>Bistecchina</u> Carote grattugiate Pane integrale Frutta fresca bio	Crema di carote <u>con</u> <u>riso</u> Cosce di pollo al forno /fusi di pollo Piselli Pane Frutta fresca bio	<u>Pasta all'olio</u> <u>Tonno</u> Fagiolini Pane Frutta fresca bio	<u>Pasta all'olio</u> Sogliola impanata* Finocchi insalata Pane <u>Budino soia</u>	Risotto alla parmigiana <u>Rolle di frittata liscia</u> <u>Patate</u> 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.