

TABELLA DIETETICA PRIMAVERA - ESTATE ANNO 2026 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>
<i>1° SETTIMANA</i>	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'olio <u>Bistecca ferri</u> Insalata mista Pane Frutta bio
<i>2° SETTIMANA</i>	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> Arrosto tacchino Pomodori insalata Pane frutta bio
<i>3° SETTIMANA</i>	Pasta Bio al pom bio. Mozzarella Insalata mista Pane Torta	Risotto 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
<i>4° SETTIMANA</i>	Pasta integrale Bio al pomodoro e basilico Uovo sodo Insalata mista Pane Frutta bio	Lasagne al ragù 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.