

TABELLA DIETETICA PRIMAVERA - ESTATE ANNO 2026 Comune di Liscate

NON UTILIZZARE MATERIE PRIME E NON SOMMINISTRARE PREPARAZIONI CHE CONTENGONO: **LATTOSIO**

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 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'olio Crocchette di verdure e legumi Insalata mista Pane Frutta bio
<i>2° SETTIMANA</i>	Pasta al tonno ½ por..pesce Zucchine julienne Pane integrale <u>Gelato soia / biscottino no latte</u>	<u>Pizza 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 pomodoro e zucchine Farinata di ceci Pane Bio Frutta bio	Passato di verdura con crostini Arrosto tacchino Pomodori insalata Pane frutta bio
<i>3° SETTIMANA</i>	Pasta Bio al pomodoro <u>Bistecca</u> Insalata mista Pane <u>Biscottino no latte</u>	Risotto 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 ragù di verdura con pomodoro <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
<i>4° SETTIMANA</i>	Pasta integrale Bio al pomodoro Uovo sodo Insalata mista Pane Frutta bio	<u>Pasta al pomodoro</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.

*NON AGGIUNGERE FORMAGGIO NELLA FASE DI PREPARAZIONE E SOMMINISTRAZIONE,