

MENÙ ESTIVO (da aprile a ottobre)



I settimana

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
Gnocchi di patate al pesto o pomodoro Platessa* al forno Insalata verde Frutta di stagione Pane integrale	Minestrone di verdura* con crostini Milanese di vitello al forno Insalata fagiolini Frutta di stagione Pane	Insalata di riso (tonno, uova, formaggio, verdure) Insalata di verdure cotte (zucchine,carote) Yogurt alla frutta Pane integrale	Pasta al sugo di melanzane Arrosto di tacchino Pomodori in insalata Frutta fresca Pane	Pasta allo zafferano Frittata di erbette al forno Peperoni Frutta di stagione Pane integrale

II settimana

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
Pasta olio e parmigiano Scaloppine di tacchino alla pizzaiola Insalata mista (verde e rossa) Frutta di stagione Pane	Pizza rossa Mozzarella 1 porzione Zucchine trifolate Yogurt alla frutta Pane integrale	Risotto al ragù di verdure Platessa al forno * Spinaci* alla parmigiana Frutta di stagione Pane	Penne pomodoro e basilico Frittata al forno di zucchine e ricotta Insalata di carote Budino Pane integrale	Passato di legumi Polpette di vitello Insalata pomodori Frutta di stagione Pane



III settimana

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
Pasta olio e parmigiano Insalata di pollo Zucchine Frutta di stagione Pane integrale	Pasta al pomodoro Caprese (pomodoro e mozzarella) Frutta di stagione Pane	Gnocchi olio e salvia Polpette di pesce* Spinaci* al forno Frutta di stagione Pane integrale	Minestrone di verdura * con crostini Frittata di verdure Fagiolini* stufati Yogurt alla frutta Pane	Risotto Arrosto di vitello Insalata verde e carote Frutta di stagione Pane integrale



IV settimana

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
Pennette al pesto Halibut* al forno Zucchine al forno Yogurt alla frutta Pane	Passato di legumi Scaloppine di vitello al limone Insalata di carote Frutta di stagione Pane integrale	Pasta olio e parmigiano Frittata Spinaci* al vapore Frutta di stagione Pane	Pasta al ragù di verdure Polpette di vitello Insalata mista (verde e rossa) Frutta di stagione Pane integrale	Risotto al basilico Caprese (pomodoro e mozzarella) Frutta di stagione Pane

V settimana

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
Minestrone di verdura * con crostini Platessa* al forno Fagiolini Frutta di stagione Pane integrale	Pizza rossa Mozzarella 1porzione Insalata di pomodori Yogurt alla frutta Pane	Pasta al pesto Cotolette di pollo alla milanese Carote prezzemolate Frutta di stagione Pane integrale	Risotto al pomodoro Frittata con zucchine e ricotta Insalata verde Frutta di stagione Pane	Pasta olio e parmigiano Scaloppine di vitello alla pizzaiola Zucchine Frutta di stagione Pane integrale



VI settimana

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
Penne integrali al pesto Primo sale Spinaci* al forno Frutta di stagione Pane	Insalata di riso (tonno, uova, formaggio, verdure) Insalata di carote Frutta di stagione Pane integrale	Gnocchi di patate olio e salvia Scaloppine di pollo Insalata mista(verde e rossa) Frutta di stagione Pane	Pasta al pomodoro Arrosto di vitello al forno Zucchine al forno Frutta di stagione Pane integrale	Passato di legumi Polpette di pesce* Insalata di pomodori Yogurt alla frutta Pane



VII settimana

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
Risotto al ragù di verdure Insalata di tonno,piselli e uova Insalata verde Frutta di stagione Pane integrale	Pasta in bianco Arrosto di tacchino al forno Zucchine trifolate Frutta di stagione Pane	Pasta al pomodoro Platessa * al forno Spinaci* saltati Yogurt alla frutta Pane integrale	Pizza rossa Mozzarella 1porzione Insalata di carote Frutta di stagione Pane	Minestrone di verdura* con riso Polpette di vitello Insalata di pomodori Frutta di stagione Pane integrale

VIII settimana

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
Risotto al ragù di verdure Insalata di pollo Zucchine trifolate Frutta di stagione Pane	Pasta integrale al pesto Halibut al forno* Insalata di verdure cotte (zucchine,carote) Frutta di stagione Pane integrale	Pasta pomodoro e basilico Frittata di di erbette Insalata di pomodori Budino Pane	Minestrone di verdura* con crostini Tomini Insalata di fagiolini Frutta di stagione Pane integrale	Pasta olio e parmigiano Arrosto di vitello al forno Insalata di carote Frutta di stagione Pane



- * Prodotto surgelato
- La frittata e le milanesi sono cotte al forno
- frutta di stagione, variare ogni giorno tra :mela, albicocca, susina, pesca, fragole, banana, ananas, melone