

Menu Autunno/Inverno



	Prima settimana		Seconda settimana		Terza settimana		Quarta settimana		MERENDA MATTINA	MERENDA POMERIGGIO
LUNEDÌ	Farfalle con sugo di pomodoro	60 g	Pennette al pesto	60 g	Gnocchi al sugo	60 g	Pasta al pomodoro	70 g	Frutta di stagione	Yogurt alla frutta
	Polpette di tonno	70 g	Uova strapazzate	50 g	Omelette con mozzarella	50 g	Omelette	50 g		
	Insalata di pomodori	50 g	Fagiolini	70 g	Carote alla Julienne	50 g	Insalata di pomodori carote e finocchi	60 g		
	Pane	30 g	Pane	30 g	Pane	30 g	Pane	30 g		
MARTEDÌ	Passato di verdura	100 g	Risotto con spinaci	50 g	Pasta e piselli	80 g	Passato di verdure	100 g	Frutta di stagione	Pane e marmellata
	Bocconcini di pollo	70 g	Polpette di nasello	80 g	Fesa di tacchino al forno	70 g	Polpette di pesce	80 g		
	Patate lesse	70 g	Bietina	60 g	Zucchine gratinate	60 g	Patate al forno	70 g		
	Pane	30 g	Pane	30 g	Pane	30 g				
MERCOLEDÌ	Tubetti con lenticchie	70 g	Zuppa di legumi mista	80 g	Crema di verdure miste con crostini	70 g	Pasta al forno	60 g	Macedonia	Plum cake
	Primo sale	50 g	Ricotta di pecora	50 g	Philadelphia	50 g	Mozzarella	50 g		
	Spinaci	60 g	Patate al forno	70 g	Pomodori	60 g	Zucchine	60 g		
	Pane	30 g	Pane	30 g			Pane	30 g		
GIOVEDÌ	Risotto con zucchine	50 g	Ruote con broccoli	60 g	Risotto ai carciofi	50 g	Risotto allo zafferano	50 g	Frutta di stagione	Crostata con marmellata
	Omelette	60 g	Involtini di tacchino	80 g	Bastoncini di pesce	70 g	Polpette di vitella	50 g		
	Carote al vapore	60 g	Insalata di finocchi	50 g	Spinaci	40 g	Bietina	60 g		
	Pane	30 g	Pane	30 g	Pane	30 g	Pane	30 g		
VENERDÌ	Vellutata di ceci	70 g	Maltagliati con fagioli	80 g	Stelline in brodo vegetale	30 g	Pizza margherita	70 g	Polpa di frutta	Torta allo yogurt
	Merluzzo al limone	80 g	Fesa di tacchino	50 g	Pizza margherita/bianca	70 g	Insalata di fagioli cannellini	60 g		
	Crocchette di patate	40 g	Pomodori	60 g	Insalata di finocchi	40 g	Pane	30 g		
	Pane	30 g	Pane	30 g						



Dottorssa Giorgia Ferrari