

settimana		spuntino	primi piatti	secondi piatti	contorni	pane e sostituti	frutta e sostituti
LUN	1	frutta	Pasta fredda con pomodorini e olive	Mozzarella	Verdura di stagione	pane	frutta
MAR	1	frutta	risotto alle verdure di stagione	Scaloppina/bocconcini di pollo	Verdura di stagione	pane	frutta
MER	1	frutta	Frittata di pasta/ pasta al burro + uova strapazzate		Legumi e Verdura di stagione	pane	frutta
GIO	1	frutta	Gnocchi al ragù di bovino		Verdura di stagione	pane integrale	frutta
VEN	1	frutta	pasta al pesto	Crocchette di scorfano	Verdura di stagione	pane	frutta
LUN	2	frutta	Cous cous	lenticchie stufate	Verdura di stagione	pane	frutta
MAR	2	frutta	Pasta all'olio aromatico	Filetto di platessa gratinata	Verdura di stagione	pane	frutta
MER	2	frutta	risotto con le verdure	Arrosto di tacchino	Verdura di stagione	pane	frutta
GIO	2	frutta	pizza		Verdura di stagione	pane integrale	Gelato
VEN	2	frutta	Pasta al pomodoro e basilico	tortino/rotolo ricotta e verdure	Verdura di stagione	pane	frutta