

| settimana |   | spuntino                     | primi piatti                            | secondi piatti                            | contorni      | pane e sostituti | frutta e sostituti |
|-----------|---|------------------------------|-----------------------------------------|-------------------------------------------|---------------|------------------|--------------------|
| LUN       | 1 | frutta                       | riso con porri                          | Frittata                                  | verdura cotta | pane             | frutta             |
| MAR       | 1 | frutta                       | gnocchi di patate al ragù di bovino     |                                           | verdura cruda | pane integrale   | frutta             |
| MER       | 1 | frutta                       | Minestra di fagioli con orzo            | Asiago                                    | verdura cotta | pane             | frutta             |
| GIO       | 1 | triangolini di mais e legumi | pasta al pomodoro                       | Cosce di pollo al rosmarino               | verdura cruda | pane             | frutta             |
| VEN       | 1 | yogurt alla frutta           | Pasta con zucca e cavolfiori            | filetto di merluzzo al pomodoro/gratinato | verdura cruda | pane             | frutta             |
| LUN       | 2 | frutta                       | Pasta all'olio aromatico                | Scaloppina di tacchino                    | verdura cotta | pane integrale   | frutta             |
| MAR       | 2 | frutta                       | pizza margherita                        |                                           | verdura cruda | pane             | yogurt alla frutta |
| MER       | 2 | frutta                       | riso con finocchi                       | Uova strapazzate                          | verdura cotta | pane             | frutta             |
| GIO       | 2 | pane speciale                | Pasta integrale al ragù vegetale        | Platessa dorata con panatura di mais      | verdura cruda | pane             | frutta             |
| VEN       | 2 | frutta                       | pasta al ragù di lenticchie             |                                           | verdura cruda | pane             | frutta             |
| LUN       | 3 | frutta                       | Pasta alle carote                       | Scaloppa di pollo al limone               | verdura cotta | pane             | frutta             |
| MAR       | 3 | triangolini di mais e legumi | Vellutata di piselli con farro          | Frittata alla pizzaiola                   | verdura cruda | pane             | frutta             |
| MER       | 3 | frutta                       | polenta e frico                         |                                           | verdura cruda | pane             | frutta             |
| GIO       | 3 | frutta                       | riso al pomodoro                        | Hamburger di bovino                       | verdura cotta | pane integrale   | frutta             |
| VEN       | 3 | yogurt alla frutta           | pasta ai porri                          | Burger di trota                           | verdura cruda | pane             | frutta             |
| LUN       | 4 | frutta                       | riso con zucca                          | Uova sode                                 | verdura cotta | pane integrale   | frutta             |
| MAR       | 4 | frutta                       | patate arrosto/purè di patate           | Bocconcini di pollo in umido              | verdura cruda | pane             | frutta             |
| MER       | 4 | frutta                       | spatzle alla crema di montasio          |                                           | verdura cruda | pane             | dolce casalingo    |
| GIO       | 4 | pane speciale                | Pasta alla parmigiana                   | ceci in umido                             | verdura cotta | pane             | frutta             |
| VEN       | 4 | frutta                       | Pasta alla crema di broccoli e mandorle | polpette di scorfano                      | verdura cruda | pane             | frutta             |

| settimana |   | spuntino                     | primi piatti                                | secondi piatti                      | contorni               | pane e sostituti | frutta e sostituti |
|-----------|---|------------------------------|---------------------------------------------|-------------------------------------|------------------------|------------------|--------------------|
| LUN       | 5 | frutta                       | riso basmati                                | Spezzatino di bovino                | verdura cotta          | pane             | frutta             |
| MAR       | 5 | frutta                       | minestra di ceci con orzo                   | Frittata                            | verdura cruda          | pane             | frutta             |
| MER       | 5 | frutta                       | Pasta con zucca e cavolfiori                | Scaloppa di tacchino alla pizzaiola | verdura cotta          | pane integrale   | frutta             |
| GIO       | 5 | triangolini di mais e legumi | cous cous                                   | Seppie in umido                     | verdura cruda          | pane             | frutta             |
| VEN       | 5 | yogurt alla frutta           | polenta e frico                             |                                     | verdura cruda          | pane             | frutta             |
| LUN       | 6 | frutta                       | pasta con sugo di radicchio                 | Uova strapazzate                    | verdura cruda          | pane             | frutta             |
| MAR       | 6 | frutta                       | Pasta alla parmigiana                       | Scaloppa di pollo al rosmarino      | verdura cruda          | pane             | yogurt alla frutta |
| MER       | 6 | frutta                       | riso agli spinaci                           | Tortino con cannellini              | verdura cotta          | pane             | frutta             |
| GIO       | 6 | pane speciale                | pizza margherita                            |                                     | verdura cotta          | pane             | frutta             |
| VEN       | 6 | frutta                       | pastina in brodo vegetale                   | Burger di trota                     | patate e verdura cotta | pane integrale   | frutta             |
| LUN       | 7 | frutta                       | Pasta pomodoro e broccoli                   | Frittata con formaggio montasio     | verdura cotta          | pane             | frutta             |
| MAR       | 7 | triangolini di mais e legumi | riso alla milanese                          | Filetto di merluzzo gratinato       | verdura cruda          | pane             | frutta             |
| MER       | 7 | frutta                       | patate arrosto/patate all'olio              | Cosce di pollo alla salvia          | verdura cruda          | pane integrale   | frutta             |
| GIO       | 7 | frutta                       | lasagne/tagliatelle/pasta al ragù di bovino |                                     | verdura cruda          | pane             | frutta             |
| VEN       | 7 | yogurt alla frutta           | crema di lenticchie con farro               | Caciotta                            | verdura cotta          | pane             | frutta             |
| LUN       | 8 | frutta                       | riso con carote e porri                     | Scaloppa di tacchino al limone      | verdura cotta          | pane             | frutta             |
| MAR       | 8 | pane speciale                | spatzle burro e salvia                      | Latteria                            | verdura cruda          | pane integrale   | frutta             |
| MER       | 8 | frutta                       | pasta al ragù di branzino                   |                                     | verdura cruda          | pane             | dolce casalingo    |
| GIO       | 8 | frutta                       | crema di patate e zucca con orzo            | Uova strapazzate/uova sode          | verdura cotta          | pane             | frutta             |
| VEN       | 8 | frutta                       | pasta e piselli                             |                                     | verdura cruda          | pane             | frutta             |