

PRIMA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta al pomodoro	Pasta, pomodoro, olio evo
	Scaloppine di vitello	Vitello, farina, olio evo
	Spinaci	Spinaci
	Arancia/Frutta	Arancia /Frutta di stagione
	Pane	Pane
MARTEDÌ	Riso e lenticchie	Riso, lenticchie, olio evo
	Prosciutto crudo/cotto	Prosciutto crudo/cotto
	Verdura di stagione gratinate	Verdura fresca di stagione
	Banana/frutta	Banane/ frutta di stagione
	Pane	Pane
MERCOLEDÌ	Pasta olio e parmigiano	Pasta, parmigiano, olio evo
	Palombo	Palombo , olio evo
	Finocchi/cavolfiore	Finocchi/cavolfiore
	Kiwi/Frutta	Kiwi/Frutta di stagione
	Pane	Pane
GIOVEDÌ	Brodo vegetale con pastina	Pastina, verdura fresca di stagione, olio evo
	Ricotta di vacca/robiola/stracchino	Ricotta di vacca/robiola/stracchino
	Patate	Patate
	Mandarini/mandaranci/Frutta	Mandarini/mandaranci /Frutta di stagione
	Pane	Pane
VENERDÌ	Pasta tonno e olive	Pasta, tonno, olive, olio evo
	Uovo	Uovo, olio evo
	Insalata mista	Insalata mista
	Pera/frutta	Pera/Frutta di stagione
	Pane	Pane

SECONDA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Passato di verdure con pastina di semola/orzo	Verdura fresca di stagione, pastina/orzo, olio evo
	Roast-beef di bovino/spezzatino di carne magra di bovino	Carne di manzo magra, olio evo, erbe aromatiche
	Carote al vapore o lesse	Carote al vapore o lesse
	Mela/Frutta	Mela/Frutta di stagione
	Pane	Pane
MARTEDÌ	Pasta e legumi misti (ceci e/o fagioli passati)	Pasta, ceci e/o fagioli, olio evo
	Ricotta di vacca/robiola/stracchino	Ricotta di vacca/robiola/stracchino
	Bietola	Bietola
	Kiwi/Frutta	Kiwi/Frutta di stagione
	Pane	Pane
MERCOLEDÌ	Risotto alla parmigiana	Riso, parmigiano, olio evo
	Frittata	Uovo, olio evo
	Insalata mista	Insalata mista
	Pera/frutta	Pera/Frutta di stagione
	Pane	Pane
GIOVEDÌ	Gnocchi al pomodoro	Gnocchi, pomodoro, olio evo
	Bocconcini di pollo	Pollo, olio evo
	Carciofi	Carciofi
	Spremuta arancia	Arance
	Pane	Pane
VENERDÌ	Pasta con olio e parmigiano	Pasta, parmigiano, olio evo
	Filetto di platessa al forno con patate	Platessa, patate, olio evo
	Verdure di stagione	Verdure di stagione
	Macedonia	Frutta di stagione mista
	Pane	Pane

TERZA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta con verdure di stagione	Pasta, verdure di stagione, olio evo
	Prosciutto crudo/cotto	Prosciutto crudo/cotto
	Cicoria/carote	Cicoria/carote
	Banana/mela/frutta di stagione	Banana/mela/frutta di stagione
	Pane	Pane
MARTEDÌ	Pasta al pomodoro	Pasta, pomodoro, olio evo
	Uova	Uova, olio evo
	Broccoli	Broccoli
	Pera/frutta	Pera/Frutta di stagione
	Pane	Pane
MERCOLEDÌ	Minestra con fagioli	Pasta, fagioli, olio evo
	Cosce di pollo/petto di pollo	Cosce di pollo/petto di pollo, olio evo
	Insalata mista	Insalata mista
	Mandarini/mandaranci/frutta	Mandarini/mandaranci /Frutta di stagione
	Pane	Pane
GIOVEDÌ	PIATTO UNICO: Pasta al forno	Pasta, carne magra di manzo, parmigiano, pomodoro, olio evo
	Spinaci/cicoria	Spinaci/cicoria
	Arancia/Frutta	Arancia/Frutta di stagione
	Pane	Pane
	Torta Margherita/ciambella	Torta Margherita/ciambella
VENERDÌ	Risotto con zucca/carote	Riso, zucca/ carote, olio evo
	Filetti di nasello/merluzzo	Filetti di nasello/merluzzo, olio evo
	Patate	Patate
	Macedonia/ frutta	Frutta di stagione mista
	Pane	Pane

QUARTA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Risotto alla milanese con zafferano	Riso, brodo di verdura fresca di stagione, parmigiano, olio evo, zafferano
	Ricotta di vacca/robiola/stracchino	Ricotta di vacca/robiola/stracchino
	Insalata mista	Insalata mista
	Mela/Frutta	Mela/Frutta di stagione
	Pane	Pane
MARTEDÌ	Riso/pastina in brodo vegetale	Riso/pastina in brodo vegetale
	Uovo	Uovo, olio evo
	Bietola	Bietola
	Spremuta arancia	Arance
	Pane	Pane
MERCOLEDÌ	Pasta con olio e parmigiano	Pasta, parmigiano, olio evo
	Filetti di nasello/merluzzo	Filetti di nasello/merluzzo, olio evo
	Spinaci	Spinaci
	Mandarini/mandaranci/frutta	Mandarini/mandaranci /Frutta di stagione
	Pane	Pane
GIOVEDÌ	Pasta con verdura di stagione	Pasta, verdura di stagione, olio evo
	Polpette di carne	Carne di manzo magra, pangrattato, parmigiano, uovo, olio evo
	Piselli	Piselli
	Pera/Frutta	Pera/Frutta di stagione
	Pane	Pane
VENERDÌ	Pasta al pomodoro	Pasta, pomodoro, olio evo
	Sogliola/coda di rospo	Sogliola/coda di rospo, olio evo
	Bietola con patate	Bietola con patate
	Kiwi/Frutta	Kiwi/Frutta di stagione
	Pane	Pane

QUINTA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Riso/orzo olio e parmigiano	Riso/orzo, parmigiano, olio evo
	Ricotta con noci e miele	Ricotta, noci, miele
	Verdure di stagione	Verdura fresca di stagione
	Mela/banana/Frutta	Mela/banana /Frutta di stagione
	Pane	Pane
MARTEDÌ	Pasta con crema di lenticchie	Pasta, lenticchie passate, olio evo
	Frittata con spinaci	Uova, spinaci, olio evo
	Mandarini/mandaranci/Frutta	Mandarini/mandaranci/Frutta di stagione
	Pane	Pane
MERCOLEDÌ	Pinzimonio di carote e finocchi	Carote, finocchi, olio evo
	Pasta al forno con carne magra e mozzarella bianca o rossa	Pasta, carne di manzo magra, mozzarella e/o pomodoro, olio evo
	Pera/Frutta	Pera/Frutta di stagione
	Pane	Pane
GIOVEDÌ	Tagliatelle con pomodoro	Tagliatelle, pomodoro, olio evo
	Petto di pollo	Petto di pollo, olio evo
	Verdure di stagione	Verdura fresca di stagione
	Spremuta arancia	Arance
	Pane	Pane
VENERDÌ	Pasta con ragu di pesce rosso	Pasta, merluzzo, sogliola e/o platessa, totani, pomodoro, olio evo
	Tonno	Tonno sgocciolato
	Insalata	Insalata
	Kiwi/Frutta	Kiwi/Frutta di stagione
	Pane	Pane

