

PRIMA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta al pesto di zucchine	Pasta, zucchine fresche, cipolla, parmig. grattug., olio evo
	Stracchino / robiola	Stracchino/Robiola
	Insalata mista	Insalata, olio evo
	Pane	Pane (20)
	Susine / fragole / pesca	Susine / fragole / pesca
MARTEDÌ	Farro con carotine	Farro, carote, parmigiano, olio evo, cipolla, sedano q.b
	Lenticchie al pomodoro	<u>Lenticchie, sedano, carota, cipolla, olio evo, pomodoro</u>
	Pomodori	pomodori
	Pane	Pane
	Macedonia / banana / albicocche	Macedonia / banana / albicocche
MERCOLEDÌ	Pasta integrale al pomodoro e basilico	Pasta integrale , pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla, basilico
	Frittata	Uovo, olio evo
	Verdure miste di stagione	Verdure miste di stagione, olio evo
	Pane	Pane
	Fragole / mela / pesca	Fragole / mela / pesca
GIOVEDÌ	Passato di verdure con pastina	Pastina, verdure miste, brodo vegetale, parmig. gratt., olio evo
	Parmigiano	
	Patate lesse	Patate, olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Albicocca / pesca / banana	Albicocca / pesca / banana
VENERDÌ	Piatto unico: Risotto con Ceci e piselli	<u>Riso, olio evo, pollo, piselli, ceci</u>
	Crocchette di patate	Patate, parmigiano, pangrattato, olio evo
	Insalata verde	Insalata, olio evo
	Pane	Pane
	Mela/susina	Mela/susina

SECONDA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Minestra di verdura con pastina o riso	Pastina/riso, verdure miste, brodo vegetale, parmig. gratt., olio evo
	Frittata	Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Patate al forno	Patate, olio evo, rosmarino
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Pesca / fragole / pera	Pesca / fragole / pera
MARTEDÌ	Piatto unico: pasta con Polpette di ceci	<u>Pasta, pomodoro, Ceci, sedano, carota e cipolla, uovo ,olio evo e pangrattato</u>
	Carote julienne	Carote, olio evo
	Pane	Pane
	Albicocca / pera / banana	Albicocca / pera / banana
MERCOLEDÌ	Risotto con zafferano	Riso, brodo vegetale (cipolla carota sedano),parmigiano, olio evo, zafferano
	Frittata	<u>Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo</u>
	Spinaci	<u>Spinaci, olio evo</u>
	Pane	Pane
	Pera / fragole / albicocche	Pera / fragole / albicocche
GIOVEDÌ	Pasta e lenticchie	Pasta, lenticchie, pomodoro pelato, brodo vegetale, (sedano, carota e cipolla),parmig. gratt., olio evo
	Mozzarella	Mozzarella
	Pomodori gratinati o crudi	Pomodori , olio evo , pangrattato
	Pane	Pane
	Albicocca / pesca / mela	Albicocca / pesca / mela
VENERDÌ	Orzo con carotine	Orzo (40) , carotine , olio evo(4).
	Crocchette di patate	<u>Patate, uovo, parmigiano gratt., olio evo, pangrattato.</u>
	Pane	Pane
	Mela / pesca / fragole	Mela / pesca / fragole

TERZA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta al pomodoro	Pasta, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla,
	Mozzarella/parmigiano	
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Pera / fragole / albicocche	Pera / fragole / albicocche
MARTEDÌ	Piatto unico: pasta e ceci passati	Pasta di semola (ditalini), ceci secchi , pomodoro pelato, brodo vegetale, parmigiano grattugiato, olio evo
	Sformato di zucchine e patate	Patate, zucchine,, uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Pane	Pane
	Susine / banana / pesca	Susine / banana / pesca
MERCOLEDÌ	Pasta olio e parmigiano	Pasta, parmigiano, olio evo
	Frittata con verdure	Uovo, parmigiano grattugiato, verdure di stagione, latte, limone grattugiato, olio evo
	Pane	Pane
	Albicocche / mela / pesca	Albicocche / mela / pesca
GIOVEDÌ	Riso o orzo con verdure	Riso o Orzo, verdure di stagione, brodo vegetale (cipolla carota sedano) parmig. gratt., olio evo
	Hamburger di ceci	Ceci , sedano, carota, cipolla, uovo, olio evo, pangrattato
	Zucchine	Zucchine, olio evo
	Pane	Pane
	Banana / pesca / mela	Banana / pesca / mela
VENERDÌ	Pasta integrale al pomodoro e basilico	Pasta, pomodoro, parmigiano , olio evo, carota, cipolla, sedano, basilico
	Frittata con verdure	<u>Uovo, parmigiano grattugiato, verdure di stagione, latte, limone grattugiato, olio evo</u>
	Carote e finocchi	Finocchi, carote, olio evo
	Pane	Pane
	Fragole / pera / pesca	Fragole / pera / pesca

QUARTA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Risotto con piselli e carote	Riso, carote , piselli, parmigiano grattugiato , olio evo , brodo vegetale
	Caprese mozzarella e pomodoro	Mozzarella , pomodoro , olio evo
	Pane	Pane
	Macedonia / banana	Macedonia / banana
MARTEDÌ	Passato di verdure con farro	Farro, verdure miste, brodo vegetale, parmig. gratt., olio evo
	Hamburger di ceci	Ceci, sedano carota cipolla, uovo ,olio evo, pangrattato
	Patate al forno o in padella	Patate, olio evo, rosmarino
	Pane	Pane
	Mela / pesca / albicocche	Mela / pesca / albicocche
MERCOLEDÌ	Pasta integrale con pomodoro e basilico	Pasta integrale , pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla, basilico
	Frittata	Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Zucchine	Zucchine, olio evo
	Pane	Pane
	Melone / mela / banana	Melone / mela / banana
GIOVEDÌ	Piatto unico: pasta e fagioli asciutta	Pasta di semola (ditalini), fagioli secchi , pomodoro pelato, brodo vegetale, parmigiano grattugiato, olio evo
	Polpette di verdure dell'orto estive	Polpette: Bieta o zuccina , ricotta, patate , farina, parmigiano, uovo, pangrattato, olio evo , carote
	Pane	Pane
	Susine / pesca / fragole	Susine / pesca / fragole
VENERDÌ	Pasta olio e parmigiano	Pasta, parmigiano, olio evo
	Parmigiano	
	Fagiolini	Fagiolini, olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Fragole / pera / pesca	Fragole / pera / pesca