



MENU' MENSILE INVERNALE 2020-2021

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1° settimana	Pasta al ragù di carne Rotolo di uovo agli spinaci con formaggio Fagiolini al vapore Frutta	Risotto alle verdure Hamburger di manzo Carote al vapore Yogurt	Pasta integrale con la zucca Mozzarella Spinaci gratinati Frutta	Gnocchi al pomodoro Scaloppa di pollo agli aromi Lenticchie in umido Frutta	Zuppa di cereali e legumi Merluzzo in umido con pomodoro Insalata mista Frutta
2° settimana	Risotto verde al gorgonzola Scaloppe di tacchino agli aromi Fagiolini al vapore Frutta	Vellutata di carote e zucca Burger di legumi e verdure Pure di patate Yogurt	Pasta con tonno Frittata con Zucchine Erbe al forno Frutta	Pasta con fagioli in brodo Primo sale Carote al vapore Frutta	Risotto allo zafferano Platessa al forno Cavolo cappuccio e carote alla julienne Frutta
3° settimana	Pasta al pomodoro Frittata con porri e formaggio Zucchine al forno Frutta	Pizza Prosciutto cotto Fagiolini al vapore Yogurt	Risotto con i fagioli Petto di pollo al forno Insalata mista Frutta	Pasta integrale al pesto broccoli Polpettine di manzo con verdure Carote al vapore Frutta	Vellutata di patate e zucchine con farro Nasello al forno impanato Finocchi al forno Frutta
4° settimana	Risotto al cavolo viola Crocchette di ceci e cavolfiori Fagiolini al vapore Frutta	Pasta al pesto Crescenza Carote lessate Yogurt	Minestrone di verdure e miglio Frittata con verdure Pure di patate Frutta	Risotto zucca e gorgonzola Arrosto di tacchino agli aromi Spinaci gratinati Frutta	Passato di verdure con crostini Sogliola dorata Carote a fiammifero Frutta

CONTORNI COTTI: fagiolini, zucchine, cavolfiore, finocchi, spinaci, carote, erbe, broccoli, taccole, lenticchie, patate.
CONTORNI CRUDI: insalata, pomodori, cetrioli, finocchi, cavolo cappuccio, carote, mista