



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