

PRIMA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta e fagioli	Pasta di semola , fagioli secchi (frullati e/o interi) pomodoro pelato (facoltativo) , olio evo , parmigiano grattugiato
	Uovo/frittata	Uovo, olio evo
	Verdura cotta di stagione foglia con patate	Verdura di stagione, patate, olio evo
	Pane	
	Frutta fresca di stagione	Vedere calendario della stagionalità; almeno 4 tipologie differenti in ogni settimana
MARTEDÌ	Pasta al sugo vegetale	Pasta di semola, Verdure fresche di stagione, olio evo
	Petto di pollo	Petto di pollo, olio evo
	Verdura cruda di stagione	Verdura cruda fresca di stagione , olio evo
	Pane Integrale	
	Frutta fresca di stagione	Vedere calendario della stagionalità; almeno 4 tipologie differenti in ogni settimana
MERCOLEDÌ	Gnocchi al pomodoro	Gnocchi , pomodoro, sedano, carota, cipolla, parmigiano grattugiato, olio evo
	Parmigiano	Parmigiano
	Verdura fresca di stagione	Verdura di stagione, olio evo
	Pane	
	Frutta fresca di stagione	Vedere calendario della stagionalità; almeno 4 tipologie differenti in ogni settimana
GIOVEDÌ	Passato di verdure	Verdure miste, olio evo, parmigiano gratt.
	Pizza margherita	Farina (70% tipo 0 + 30% tipo integrale), lievito, acqua, sale, zucchero. Condimento: passata di pomodoro, mozzarella, olio evo, sale, basilico e/o origano.
	Frutta fresca di stagione	Vedere calendario della stagionalità; almeno 4 tipologie differenti in ogni settimana
VENERDÌ	Risotto con pesce	Riso , totani, seppie, vongole sgusciate e/o altra tipologia di pesce, brodo vegetale, olio evo
	Pesce pescato locale	Pesce, olio evo. È necessario registrare ogni volta tipologia pesce utilizzato e modalità di preparazione e ingredienti. Porre attenzione ad eventuali allergeni e alle diete speciali presenti
	Insalata mista	Lattuga romana, carote , olio evo
	Pane	
	Frutta fresca di stagione	Vedere calendario della stagionalità; almeno 4 tipologie differenti in ogni settimana

SECONDA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Minestrone con ceci	Verdure miste, pastina, brodo vegetale, ceci secchi, olio evo
	Caciotta fresca	
	Verdura cotta di stagione	Verdura di stagione, olio evo
	Pane	
	Frutta fresca di stagione	Vedere calendario della stagionalità; almeno 4 tipologie differenti in ogni settimana
MARTEDÌ	Risotto al pomodoro	Riso, pomodoro, carota , sedano, cipolla, aglio, polpa di pomodoro , olio evo ,parmigiano grattugiato
	Polpette/pizzaiola/spezzatino/piccatina di carne di vitello	Carne di manzo macinata, uovo, mollica di pane, latte, parmigiano grattugiato, olio evo , noce moscata, Polpa di pomodoro , cipolla/ fettina di carne di manzo, pomodoro pelato, olio evo/spezzatino con o senza pomodoro/fettina di vitello, farina, olio evo
	Verdura cotta di stagione	Verdura di stagione, olio evo
	Pane Integrale	
	Frutta fresca di stagione	Vedere calendario della stagionalità; almeno 4 tipologie differenti in ogni settimana
MERCOLEDÌ	Pasta al pesto	Pasta di semola, olio evo, basilico, parmigiano e pinoli
	Uovo (sodo)	Uovo, olio evo
	Verdura cruda di stagione	Verdura cruda fresca di stagione, olio evo
	Pane	
	Frutta fresca di stagione	Vedere calendario della stagionalità; almeno 4 tipologie differenti in ogni settimana
GIOVEDÌ	Crema vegetale con spinaci, carote, patate, zucca e riso/orzo	Spinaci, carote, patate, zucca, riso/orzo, olio evo, parmigiano grattugiato
	Scaloppina di tacchino	Tacchino, farina, olio evo, (limone se gradito/facoltativo)
	Verdura cotta di stagione	Verdura di stagione, olio evo
	Pane	
	Frutta fresca di stagione	Vedere calendario della stagionalità; almeno 4 tipologie differenti in ogni settimana
VENERDÌ	Pasta con pesce	Pasta di semola , pesce misto, olio evo
	Pesce pescato locale	Pesce, olio evo. È necessario registrare ogni volta tipologia pesce utilizzato e modalità di preparazione e ingredienti. Porre attenzione ad eventuali allergeni e alle diete speciali presenti
	Verdura cruda di stagione	Lattughino e radicchio rosso, olio evo
	Pane	
	Frutta fresca di stagione	Vedere calendario della stagionalità; almeno 4 tipologie differenti in ogni settimana

TERZA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Tortellini in brodo vegetale	Tortellini di carne di manzo , olio evo , parmigiano grattugiato
	Parmigiano/mozzarella	
	Verdura cruda di stagione	Verdura cruda fresca di stagione, olio evo
	Pane Integrale	
	Frutta fresca di stagione	Vedere calendario della stagionalità; almeno 4 tipologie differenti in ogni settimana
MARTEDÌ	Pasta integrale/farro al pomodoro	Pasta integrale/farro , pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato
	Polpette/pizzaiola/spezzatino/scaloppina/piccatina) di pollo	Carne di pollo macinata, uovo, mollica di pane, latte, parmigiano grattugiato, olio evo , noce moscata Polpa di pomodoro , cipolla/ fettina di carne di pollo, pomodoro pelato, olio evo/spezzatino con o senza pomodoro/fettina di pollo, farina, olio evo
	Verdura cotta di stagione	Verdura di stagione, olio evo
	Pane	
	Frutta fresca di stagione	Vedere calendario della stagionalità; almeno 4 tipologie differenti in ogni settimana
MERCOLE	Minestra con ceci	Pastina di semola , brodo vegetale, ceci secchi (interi e/o frullati) olio evo , parmigiano grattugiato
	Frittata	Uovo, olio evo
	Verdura cotta di stagione con patate	Verdura di stagione, patate, olio evo
	Pane	
	Frutta fresca di stagione	Vedere calendario della stagionalità; almeno 4 tipologie differenti in ogni settimana
GIOVEDÌ	Risi e bisì/risotto con lo zafferano	Riso, piselli, patate, cipolla, olio evo opp. Riso, brodo vegetale, zafferano, olio evo
	Cotoletta di tacchino al forno	Tacchino, pangrattato, uovo q.b., olio evo, (limone se gradito/facoltativo)
	Verdura cruda di stagione	Verdura cruda fresca di stagione, olio evo
	Pane Integrale	
	Frutta fresca di stagione	Vedere calendario della stagionalità; almeno 4 tipologie differenti in ogni settimana
VENERDÌ	Risotto con pesce	Riso , totani, seppie, vongole sgusciate e/o altra tipologia di pesce, brodo vegetale, olio evo
	Pesce pescato locale	Pesce, olio evo. È necessario registrare ogni volta tipologia pesce utilizzato e modalità di preparazione e ingredienti. Porre attenzione ad eventuali allergeni e alle diete speciali presenti
	Verdura cruda di stagione	Verdura cruda fresca di stagione, olio evo
	Pane	
	Frutta fresca di stagione	Vedere calendario della stagionalità; almeno 4 tipologie differenti in ogni settimana

QUARTA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta di farro/integrale al pomodoro	Pasta di farro/integrale, pomodoro pelato, olio evo , parmigiano grattugiato
	Formaggio spalmabile	
	Verdura cruda di stagione	Verdura cruda fresca di stagione, olio evo
	Pane integrale	
	Frutta fresca di stagione	Vedere calendario della stagionalità; almeno 4 tipologie differenti in ogni settimana
MARTEDÌ	Pastina con legumi	Brodo vegetale, pastina, legumi (frullati e/o interi), olio evo, parmigiano gratt.
	Frittata	Uovo, olio evo
	Verdura cotta con patate	Verdura di stagione, patate, olio evo
	Pane	
	Frutta fresca di stagione	Vedere calendario della stagionalità; almeno 4 tipologie differenti in ogni settimana
MERCOLEDÌ	Pasta al sugo vegetale	Pasta di semola, verdure miste, olio evo , parmigiano grattugiato
	Parmigiano/mozzarella	
	Verdura cruda di stagione	Verdura cruda fresca di stagione , olio evo
	Pane Integrale	
	Frutta fresca di stagione	Vedere calendario della stagionalità; almeno 4 tipologie differenti in ogni settimana
GIOVEDÌ	Passato di verdure con riso	Verdure miste, riso, olio evo, parmigiano gratt. e brodo vegetale
	Polpette/pizzaiola/spezzatino/piccatina/scaloppina di carne di vitello	Carne di pollo macinata, uovo, mollica di pane, latte, parmigiano grattugiato, olio evo , noce moscata Polpa di pomodoro , cipolla/ fettina di carne di pollo, pomodoro pelato, olio evo/spezzatino con o senza pomodoro/fettina di pollo, farina, olio evo
	Pane	
	Frutta fresca di stagione	Vedere calendario della stagionalità; almeno 4 tipologie differenti in ogni settimana
VENERDÌ	Pasta con pesce	Pasta di semola , pesce misto, olio evo
	Pesce pescato locale	Pesce, olio evo. È necessario registrare ogni volta tipologia pesce utilizzato e modalità di preparazione e ingredienti. Porre attenzione ad eventuali allergeni e alle diete speciali presenti
	Verdura cruda di stagione	Verdura cruda fresca di stagione, olio evo
	Pane	
	Frutta fresca di stagione	Vedere calendario della stagionalità; almeno 4 tipologie differenti in ogni settimana

QUINTA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta e fagioli	Pasta di semola, fagioli secchi, olio evo , parmigiano grattugiato. Pomodoro facoltativo
	Bocconcini di pollo	Pollo, farina/pangrattato, olio evo
	Verdura cotta a foglia di stagione con patate	Verdura di stagione a foglia, patate olio evo
	Pane	
	Frutta fresca di stagione	Vedere calendario della stagionalità, almeno 4 tipologie differenti in ogni settimana
MARTEDÌ	Risotto al pomodoro	Riso , pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato
	Mozzarella/formaggio tipo galbanino/ricotta	<i>Preferire mozzarella e ricotta vaccina.</i>
	Verdura cruda di stagione	Verdura cruda fresca, olio evo.
	Pane integrale	
	Frutta fresca di stagione	Vedere calendario della stagionalità; almeno 4 tipologie differenti in ogni settimana
MERCOLEDÌ	Minestrone con fagioli/ceci	Verdure miste, brodo vegetale, fagioli secchi/ceci, olio evo , parmigiano grattugiato
	Frittata	Uovo, olio evo
	Verdura cotta di stagione	Verdura di stagione, olio evo
	Pane	
	Frutta fresca di stagione	Vedere calendario della stagionalità; almeno 4 tipologie differenti in ogni settimana
GIOVEDÌ	Minestra in brodo vegetale	Pastina, brodo vegetale, olio evo, parmigiano gratt.
	Polpette/pizzaiola/spezzatino/piccatina/scaloppina	Carne di pollo macinata, uovo, mollica di pane, latte, parmigiano grattugiato, olio evo , noce moscata Polpa di pomodoro , cipolla/ fettina di carne di pollo, pomodoro pelato, olio evo/spezzatino con o senza pomodoro/fettina di pollo, farina, olio evo
	Verdura cruda di stagione	Verdura cruda fresca di stagione, olio evo
	Pane <i>integrale</i>	
	Frutta fresca di stagione	Vedere calendario della stagionalità, almeno 4 tipologie differenti in ogni settimana
VENERDÌ	Risotto con pesce	Riso , totani, seppie, vongole sgusciate e/o altra tipologia di pesce, brodo vegetale, olio evo
	Pesce pescato locale	Pesce, olio evo. È necessario registrare ogni volta tipologia pesce utilizzato e modalità di preparazione e ingredienti. Porre attenzione ad eventuali allergeni e alle diete speciali presenti
	Verdura cotta di stagione	Verdura di stagione, olio evo
	Pane	
	Frutta fresca di stagione	Vedere calendario della stagionalità; almeno 4 tipologie differenti in ogni settimana