

PRIMA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta con zucchine	Pasta di semola, zucchine, olio evo
	Ricotta di mucca/robiola/stracchino	
	Carote	Carote crude o cotte, olio evo
	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta Fresca di stagione anche più tipologie. Buon grado di maturazione e a temperatura ambiente*
MARTEDÌ	Orzo al pomodoro	Orzo , brodo vegetale q.b., pomodoro, olio evo. La pietanza può essere più o meno brodosa.
	Polpette di carne bianca	Tacchino e pollo, mollica di pane, uovo, latte, parmigiano, pangrattato
	Insalata mista	Insalata mista, olio evo
	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta Fresca di stagione anche più tipologie. Buon grado di maturazione e a temperatura ambiente*
MERCOLEDÌ	Risotto con lo zafferano	Riso, brodo vegetale (cipolla carota sedano),parmigiano, olio evo, zafferano
	Uovo	Modalità di cottura: frittata (uovo, olio evo, parmigiano) oppure sodo
	Bietola	Bietola , olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Frutta fresca di stagione	Frutta Fresca di stagione anche più tipologie. Buon grado di maturazione e a temperatura ambiente*
GIOVEDÌ	Pasta al sugo di fagioli	Pasta di semola, fagioli secchi frullati, (pomodoro pelato facoltativo) , olio evo , parmigiano grattugiato
	Prosciutto crudo/cotto	
	Pomodori in insalata	Pomodori, olio evo
	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta Fresca di stagione anche più tipologie. Buon grado di maturazione e a temperatura ambiente*
VENERDÌ		
	Risotto alla pescatora	Riso , merluzzo e platessa, carota, cipolla, sedano, pomodoro (facoltativo), olio evo
	Filetto di merluzzo/nasello/platessa	Le modalità di cottura possono variare: panate al forno, polpette, in umido con o senza pomodoro
	Spinaci	Spinaci, olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Frutta fresca di stagione	Frutta Fresca di stagione anche più tipologie. Buon grado di maturazione e a temperatura ambiente*

SECONDA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Lenticchie rosse decorticate	Lenticchie rosse decorticate in brodo vegetale o asciutte al pomodoro+ olio evo
	Formaggio grana /Robiola/mozzarella	Formaggio grana/robiola/mozzarella
	Carote	Carote, olio evo
	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta Fresca di stagione anche più tipologie. Buon grado di maturazione e a temperatura ambiente*
	Ciambellone	Preparato dal centro cottura/confezionato
MARTEDÌ	Tortellini in brodo vegetale (no piatto unico)	Tortellini di carne bovina, brodo vegetale, olio evo
	Filetto di merluzzo	Le modalità di cottura possono variare: panate al forno, polpette, in umido con o senza pomodoro
	Insalata	Insalata, olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Frutta fresca di stagione	Frutta Fresca di stagione anche più tipologie. Buon grado di maturazione e a temperatura ambiente*
MERCOLEDÌ	Riso con tonno	Riso, olio evo, tonno al naturale
	Quadratini di frittata	Uovo, olio evo, parmigiano
	Bietoline	Bietoline , olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Frutta fresca di stagione	Frutta Fresca di stagione anche più tipologie. Buon grado di maturazione e a temperatura ambiente*
GIOVEDÌ	Pasta integrale al pomodoro	Pasta integrale, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Petto di tacchino	Petto di tacchino modalità di cottura: panato al forno, polpette, a listarella
	Spinaci	Spinaci , olio evo
	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta Fresca di stagione anche più tipologie. Buon grado di maturazione e a temperatura ambiente*
VENERDÌ	Pasta con melanzane e zucchine	Pasta di semola, melanzane e zucchine, olio evo
	Coda di rospo /filetto di platessa	Coda di rospo/filetto di platessa Le modalità di cottura possono variare: panate al forno, polpette, in umido con o senza pomodoro
	Pomodori	Pomodori , olio evo
	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta Fresca di stagione anche più tipologie. Buon grado di maturazione e a temperatura ambiente*

TERZA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta integrale al pomodoro	Pasta integrale, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Carote	Carote , olio evo
	Uovo	Modalità di cottura: frittata (uovo, olio evo, parmigiano) oppure sodo
	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta Fresca di stagione anche più tipologie. Buon grado di maturazione e a temperatura ambiente*
MARTEDÌ	Minestrone con legumi misti	Brodo vegetale, verdure miste, pasta, legumi misti, olio evo
	Fesa di tacchino o pollo panata al forno o al vapore	Fesa di tacchino o pollo, pangrattato, olio evo. O altra modalità di cottura
	Insalata mista	Insalata mista, olio evo
	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta Fresca di stagione anche più tipologie. Buon grado di maturazione e a temperatura ambiente*
MERCOLEDÌ	Risotto con carciofi e piselli	Riso, brodo vegetale (cipolla carota sedano),carciofi ,piselli, olio evo
	Sformatino di pesce	Merluzzo, platessa, patate, pangrattato, latte, olio evo. Oppure polpette
	Cetrioli e/o pomodori	Cetrioli e/o pomodori, olio evo
	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta Fresca di stagione anche più tipologie. Buon grado di maturazione e a temperatura ambiente*
GIOVEDÌ	Pastina in brodo vegetale	Pastina , brodo vegetale con zucchina carote e patate, pastina olio evo
	Pollo	Le modalità di cottura possono variare: panate al forno, polpette, in umido con o senza pomodoro
	Pomodori	Pomodori , olio evo
	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta Fresca di stagione anche più tipologie. Buon grado di maturazione e a temperatura ambiente*
VENERDÌ	Orzo perlato con crema di pomodori e peperoni	Orzo perlato, pomodoro (pelato), peperoni, olio evo
	Asiago/robiola	Asiago/robiola
	Zucchine	Zucchine. Trifolate con erbe aromatiche e olio evo opp.gratinate con pangrattate con olio evo
	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta Fresca di stagione anche più tipologie. Buon grado di maturazione e a temperatura ambiente*

QUARTA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Riso con lenticchie	Riso, brodo vegetale, lenticchie, olio evo
	Polpette di carne di carne bianca	Tacchino e pollo, mollica di pane, uovo, latte, parmigiano, pangrattato
	Carote	Carote crude o cotte, olio evo
	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta Fresca di stagione anche più tipologie. Buon grado di maturazione e a temperatura ambiente*
MARTEDÌ	Pasta con zucchine	Pasta di semola, zucchine, olio evo
	Robiola/stracchino	
	Insalata	Insalata mista, olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Frutta fresca di stagione	Frutta Fresca di stagione anche più tipologie. Buon grado di maturazione e a temperatura ambiente*
MERCOLEDÌ	Minestrone con orzo perlato/pastina	Brodo vegetale, verdure miste, orzo perlato/pastina, olio evo
	Uovo	Modalità di cottura: frittata (uovo, olio evo, parmigiano) oppure sodo
	Bietola	Bietola, olio evo
	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta Fresca di stagione anche più tipologie. Buon grado di maturazione e a temperatura ambiente*
GIOVEDÌ	Gnocchi al ragù vegetale	Gnocchi di patate, verdure miste di stagione, olio evo
	Tacchino	Petto di tacchino modalità di cottura: panato al forno, polpette, a listarella
	Pomodori	Pomodori , olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Frutta fresca di stagione	Frutta Fresca di stagione anche più tipologie. Buon grado di maturazione e a temperatura ambiente*
VENERDÌ	Pasta integrale con pomodoro	Pasta integrale, pomodoro pelato, olio evo, erbe aromatiche facoltative
	Filetti di merluzzo/platessa/coda di rospo	Le modalità di cottura possono variare: panate al forno, polpette, in umido con o senza pomodoro
	Carote	Carote, olio evo. Carote crude e/o cotte
	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta Fresca di stagione anche più tipologie. Buon grado di maturazione e a temperatura ambiente*