

MENU PRIMAVERA / ESTATE

Piano alimentare per la settimana

	1^ SETTIMANA	2^ SETTIMANA	3^ SETTIMANA	4^ SETTIMANA
Lunedì	pasta al pomodoro formaggio e purè verdura cruda	risotto con zucchine frittata verdura cotta e cruda	pasta al pomodoro hamburger al forno verdura cotta e cruda	gnocchi scaloppine di pollo verdura cotta e cruda
Martedì	gnocchi prosciutto verdura cotta e cruda	pasta al pomodoro formaggio verdura cotta e cruda	risotto allo zafferano formaggio e purè verdura cruda	risotto con asparagi formaggio verdura cotta e cruda
Mercoledì	minestrone con orzo scaloppine tacchino al limone verdura cotta e cruda	pasta al pesto prosciutto verdura cotta e cruda	pasta con verdure filetti dorati platessa al forno verdura cotta e cruda	pasta ricotta e pomodoro pesce alla mugnaia verdura cotta e cruda
Giovedì	riso all'olio uove sode verdura cotta e cruda	crema patate e carote cosce di pollo al forno verdura cotta e cruda	riso all'olio uova sode verdura cotta e cruda	riso all'olio frittata verdura cotta e cruda
Venerdì	pasta agli aromi pesce alla marinara verdura cotta e cruda	spezzatino di manzo polenta verdura cotta e cruda	arrosto di tacchino al forno polenta verdura cotta e cruda	polpette di carne al sugo di pomodoro polenta verdura cotta e cruda

Colazione mattino	frutta di stagione*, yogurt, biscotti, crackers
Merenda pomeriggio	frutta di stagione*, pane o fette biscottate con marmellata, biscotti, crackers

Si possono verificare variazioni di ingredienti nei risotti, dipendenti dalla disponibilità del mercato.

* La varietà di frutta e verdura è dipendente dalla disponibilità di mercato.

