

TABELLA DIETETICA A.F.2023/2024

MENU' AUTUNNO INVERNO	I SETTIMANA	2' SETTIMANA	3' SETTIMANA	4' SETTIMANA
Lunedì	Pasta al tonno** Frittata al grana Insalata Carote cotte Pane e frutta	Spezzatino di manzo e polenta Fagiolini* Pane e frutta	Crema di pomodoro con pasta Lonza al forno Purè Pane e frutta	Orzo con patate e carote Bocconcini di tacchino Fagiolini* Insalata Pane e frutta
Martedì	Riso olio e grana Spezzatino di pollo Verdura cotta Insalata Pane e frutta	Pasta verdure e legumi** Pollo al rosmarino Verdura cotta Pane e frutta	risotto alla zucca Frittata di zucchine Carote crude verdura cotta Pane e frutta	Pasta al ragù** Pomodori Carote crude Pane e frutta
Mercoledì	Pasta allo zafferano** Polpette di carne e patate Pomodori Pane e frutta	Pasta integrale al Crocchette di patate e legumi insalata mista Pane e frutta	Pasta e aromi** Formaggio Insalata Fagiolini Pane e frutta	Riso alla parmigiana Crocchette di patate Insalata Pane e frutta
Giovedì	Pizza Margherita** Insalata mista e ceci Verdura cotta Pane e frutta	Crema patate zucca con orzo straccetti di tacchino e verdure Insalata Pane e frutta	Crema di verdure, legumi e farro Cotoletta di pollo Insalata mista Pane e frutta	Slow food Day Ink Burger (hamburger di carne) Verdura cruda Pane e frutta
Venerdì	Pasta integrale al pomodoro* Cotoletta di pesce* Fagiolini* Insalata Pane e frutta	Pasta allo zafferano** Pesce gratinato Insalata Verdura cotta Pane e frutta	Pasta all'olio** Polpette tonno e patate Insalata Pane e frutta	Pasta pomodoro e aromi** Merluzzo* al forno Verdura cotta Pane e frutta

Pane: integrale bianco a basso contenuto di sale. Garantiamo quattro tipologie di frutta di stagione a settimana (mele, pere, pesche e banana). In abbinamento alla pizza viene servita macedonia. Ogni piatto proposto all'interno del Menù è privo di frutta secca

\* prodotto surgelato \*\*= utilizzo di prodotti gluten-free