

Menù Autunno-Inverno

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Sett.1	Risotto ai carciofi gratinato Polpette di verdura Carote julienne Pane integrale Frutta di stagione	Pasta integrale e patate Schiacciatine di legumi/ Frittata di ceci Finocchi gratinati/insalata mista Pane Frutta di stagione Vit.C	Pasta al pomodoro Salmone gratinato Pisellini stufati Pane Frutta di stagione	Pastina in brodo vegetale Polpettone di vitellone Insalata mista Pane con verdure (pizzi) Frutta di stagione	<i>Pasta fresca e ceci (ciceri e trie)</i> Frittata al forno Spinaci all'olio Pane Macedonia o frutta mista di stagione
Sett.2	Antipasto di carote o altra verdura Sartù di riso (mozzarella)/Riso al sugo Mozzarella/Primo sale Spinaci al parmigiano Pane Frutta di stagione	Cous cous con verdure/pasta e piselli secchi Schiacciatina di pesce al forno Carote gratinate Pane Frutta di stagione	Passato di verdure con farro o altro cereale Spezzatino di tacchino Insalata mista Pane integrale Frutta di stagione	Pasta e fagioli o altro legume Frittata con spinaci Zucca stufata con mandorle/zucchine trifolate Pane Frutta di stagione Vit.C	<i>Cavatelli freschi al pomodoro</i> Merluzzo in umido/gratinato Insalata di finocchi Pane Macedonia o frutta mista di stagione
Sett.3	Pasta e lenticchie o altro legume Schiacciatine di verdura Carote julienne Pane Frutta di stagione Vit.C	Fave e cicorie o bietole/Minestrone con pasta Arrosto di vitello <i>Patate americane Duchessa</i> Pane con verdure (pizzi) Frutta di stagione	Passato di verdure con riso Bocconcini di pesce gratinato Finocchi gratinati Pane Frutta di stagione	Antipasto di finocchi o altra verdura <i>Focaccia di patate</i> Spinaci al parmigiano Pane integrale Frutta di stagione	Tubettini al brodetto/sugo di pesce Caciottina o scamorza fresca Insalata mista Pane Macedonia o frutta mista di stagione
Sett.4	Riso con crema di carote Platessa gratinata Zucchine trifolate con o senza nocciole Pane Frutta di stagione	<i>Orecchiette con cime di rape al sugo</i> <i>Straccetti croccanti di pollo</i> Insalata mista Pane integrale Frutta di stagione	Zuppa di legumi e cereali misti Primo sale o mozzarella Carote prezzemolate Pane Frutta di stagione Vit.C	Pasta al pesto Merluzzo o rana pescatrice al limone o alla livornese Bietole all'olio Pane Frutta di stagione	Lasagne o altra pasta con zucca gialla Schiacciatine di verdura Finocchi julienne Pane Macedonia o frutta mista di stagione
Sett.5	Pasta e ricotta con o senza sugo Frittata con carciofi Insalata mista Pane Frutta di stagione	<i>Risotto con i broccoli</i> Salmone agli aromi vegetali Carote gratinate Pane Frutta di stagione	Antipasto Gnocchi alla Romana/tortino di semolino Insalata mista Pane Frutta di stagione	Zuppa di barbabietola (borscht)/pasta fresca al pesto di noci Straccetti/spezzatino magro di cavallo Spinaci al limone Pane Frutta di stagione	Chioccioline in purè di fave/o altro legume Cavolfiore gratinato Pane Macedonia o frutta mista di stagione

Menù Primavera-Estate

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Sett.1	<i>Pasta alla bella Maglie</i> Fagiolini con scaglette di parmigiano Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro fresco Merluzzo gratinato/ livornese Insalata mista Pane Frutta di stagione	Risotto allo zafferano Tacchino alla pizzaiola Zucchine trifolate Pane integrale Frutta di stagione	Farro e lenticchie/zuppa cereali e legumi <i>Polpette di melanzane</i> Insalata di pomodori e cetrioli Pane Frutta di stagione Vit.C	Pasta primavera Frittata al forno Carote gratinate Pane Macedonia/frutta mista di stagione
Sett.2	Antipasto di carote <i>Patate, zucchine e merluzzo al forno</i> Bietola all'olio Pane Frutta di stagione	Orecchiette al pomodoro fresco Robiola o mozzarella o <i>primo sale</i> Insalata di pomodori Pane integrale Frutta di stagione	Pasta e piselli <i>Schiacciatine di verdura</i> Julienne di carote Pane Frutta di stagione Vit.C	Pasta al pomodoro fresco Straccetti croccanti di pollo Zucchine trifolate Pane Frutta di stagione	Insalata di bulgur o al pesto di noci Salmone gratinato Insalata mista Pane con verdure (pizzi) Macedonia o frutta mista di stagione
Sett.3	Riso con crema di carote Polpette di vitellone al sugo Zucchine trifolate con o senza nocciole Pane Frutta di stagione	Cous cous con verdure croccanti o cous cous al pesto Merluzzo o platessa al limone Insalata di pomodori e cetrioli Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e melanzane Frittata con verdure Pisellini all'olio Pane integrale Frutta di stagione	Pasta integrale con patate Caciottina o scamorza fresca Carote julienne Pane Frutta di stagione Vit.C	Pasta al ragù di pesce Medaglioni di melanzane/crocchette di ricotta Pane Macedonia o frutta mista di stagione
Sett.4	Insalata fresca di orzo o altro cereale Platessa o bocconcini di pesce gratinati Insalata di pomodori Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro fresco <i>Polpette di magro di cavallo</i> Fagiolini all'olio Pane con verdure (pizzi) Frutta di stagione	<i>Pasta fresca e ceci (ciceri e tria)</i> <i>Polpette di melanzane</i> Insalata mista Pane Frutta di stagione Vit.C	Antipasto di cetrioli Pasta al forno con scamorza Pomodori gratinati Pane integrale Frutta di stagione	Passato di verdure con farro o altro cereale Merluzzo alla livornese Zucchine grigliate Pane Macedonia o frutta mista di stagione
Sett.5	Risotto alla mela e salvia Sovra coscia di pollo arrosto Insalata di pomodori e cetrioli Pane con verdure Frutta di stagione	Crostini con hummus di ceci Fagiolini con scaglette di parmigiano/crocchette di ricotta Pane Frutta di stagione Vit.C	Pasta, carote, zucchine e gamberetti Polpette di pesce o insalata di mare Insalata mista Pane Frutta di stagione	Pasta alla crudaiola Schiacciatina di legumi Pomodori gratinati Pane Frutta di stagione	Pasta alla pizzaiola Frittata con verdure Bietola all'olio Pane Macedonia o frutta mista di stagione