

PRIMA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Passato di verdure con pastina all'uovo	Pastina all'uovo, verdure miste, brodo vegetale, parmig. gratt., olio evo
	Formaggio grana / robiola	Formaggio grana / Robiola
	Patate	Patate, olio evo, rosmarino
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Mela / banana / pera	Mela / banana / pera
MARTEDÌ	Riso con olio e parmigiano	Riso , parmigiano, olio evo
	Polpette di ceci	Ceci, uovo, sedano, carota cipolla, olio evo, pangrattato
	Insalata mista	Insalata mista
	Pane	Pane
	Banana / arancia / mela	Banana / arancia / mela
MERCOLEDÌ	Pasta integrale/ pasta di semola con verdure di stagione	Pasta integrale/ pasta di semola, verdure di stagione, brodo vegetale (cipolla carota sedano) parmig. gratt., olio evo
	Frittata	Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Spinaci	Spinaci, olio evo
	Pane	Pane
	Arancia / pera / mandarino	Arancia / pera / mandarino
GIOVEDÌ	Piatto unico: Pasta e fagioli asciutta	Pasta di semola, fagioli, brodo vegetale, parmigiano grattugiato, olio evo
	Crocchette di verdure	Bieta, ricotta, patate , farina, parmigiano, uovo, pangrattato, olio evo , carote
	Pane	Pane
	Arancia / banana / mela	Arancia / banana / mela
VENERDÌ		
	Orzo al pomodoro	Orzo, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Fagioli al pomodoro	Fagioli borlotti e/o cannellini, pomodoro, cipolla, olio evo.
	Bietoline	Bietoline, olio evo
	Pane	Pane
	Pera / arancia / mela	Pera / arancia / mela

SECONDA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Risotto al pomodoro	Riso, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Parmigiano	Parmigiano
	Carote	Carote, olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Mela / pera / kiwi	Mela / pera / kiwi
MARTEDÌ	Pasta al sugo di ceci	Pasta di semola, ceci frullati, olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Crocchette di patate	Patate, uovo, parmigiano gratt., olio evo, pangrattato.
	Bietoline	Bietoline , olio evo
	Pane	Pane
	Arancia / banana / pera	Arancia / banana / pera
MERCOLEDÌ	PIATTO UNICO: pasta al pomodoro+ gratinata con caciotta/mozzarella/parmigiano	Pasta , pomodoro, parmigiano , olio evo , carota, cipolla, sedano
		Caciotta / Mozzarella / Parmigiano
	Insalata e finocchi	Insalata ,finocchi , olio evo
	Pane	Pane
	Mandarino / mela / arancia	Mandarino / mela / arancia
GIOVEDÌ	Passato di verdure con farro	Farro, verdure miste, brodo vegetale, parmig. gratt., olio evo
	Frittata	Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Patate	Patate, olio evo, rosmarino
	Pane	Pane
	Kiwi / mela / banana	Kiwi / mela / banana
VENERDÌ	Pasta olio e parmigiano	Pasta, parmigiano, olio evo
	Lenticchie al pomodoro	Lenticchie, sedano, carota, cipolla, olio evo, pomodoro
	Spinaci	Spinaci, olio evo
	Pane	Pane
	Kiwi / mela / banana	Kiwi / mela / banana

TERZA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Passato di verdure con pastina	Pastina, verdure miste, brodo vegetale, parmig. gratt., olio evo
	Patate lesse	Patate, olio evo
	Robiola	Robiola
	Pane	Pane
	Mela / arancia / banana	Mela / arancia / banana
MARTEDÌ	Orzo con pomodoro	Orzo, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Polpettine di ceci/ceci in insalata	<u>Ceci, sedano carota e cipolla, uovo , pangrattato, olio evo</u>
	Broccoli al vapore	Broccoli, olio evo
	Pane	Pane
	Banana / arancia / pera	Banana / arancia / pera
MERCOLEDÌ	Risotto alla milanese con zafferano	Riso, brodo vegetale (cipolla carota sedano),parmigiano, olio evo, zafferano
	Parmigiano	Parmigiano
	Carote e piselli	Carote e piselli, olio evo
	Pane	Pane
	Mandarino / pera /mela	Mandarino / pera /mela
GIOVEDÌ	Piatto unico: pasta con ceci asciutto	Pasta , ceci, olio evo, parmigiano, carota, cipolla, sedano
	Polpette di verdure dell'orto invernali	Bieta, ricotta, patate, farina, parmigiano, uovo, pangrattato, olio evo, carote
	Pane	Pane
	Mela / banana / pera	Mela / banana / pera
VENERDÌ	Pasta con broccoletti o zucca	Pasta, broccoletti/zucca, cipolla, parmig. grattug., olio evo
	Lenticchie al pomodoro	<u>Lenticchie, sedano, carota, cipolla, olio evo, pomodoro</u>
	Spinaci	Spinaci, olio evo
	Pane	Pane
	Pera / mandarino / banana	Pera / mandarino / banana

QUARTA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta integrale /Pasta di semola al pomodoro	Pasta integrale/Pasta di semola, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Mozzarella/robiola	Mozzarella/robiola
	Insalata	Insalata, olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Mela / pera / kiwi	Mela / pera / kiwi
MARTEDÌ	Risotto e lenticchie	Riso , lenticchie , olio evo, parmigiano, carota, cipolla, sedano
	Frittata con spinaci	Uovo, spinaci, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Pane	Pane
	Pera / banana / mela	Pera / banana / mela
MERCOLEDÌ	Minestra di cereali (orzo, farro e pastina)	Orzo, farro, pastina, brodo vegetale, olio evo, cipolla
	Crocchette di patate	Patate, uovo, parmigiano gratt., olio evo, pangrattato.
	Bieta	Bietola, olio evo
	Pane	Pane
	Kiwi / arancia / mela	Kiwi / arancia / mela
GIOVEDÌ	Pasta di semola al ragù vegetale	<u>Pasta di semola, pomodoro, verdure miste di stagione, parmigiano , olio evo, carota, cipolla, sedano</u>
	Mozzarella/robiola	Mozzarella/robiola
	Finocchi gratinati	Finocchi, pangrattato, olio evo
	Pane	Pane
	Clementina/mela	Clementina/mela
VENERDÌ	Pasta olio e parmigiano	Pasta, parmigiano, olio evo
	Frittata	<u>Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo</u>
	Carote julienne	Carote julienne, olio evo
	Pane	Pane
	Mandarino / pera / banana	Mandarino / pera / banana