

PRIMA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta GF al pesto di zucchine	<u>Pasta senza glutine</u> , zucchine fresche, cipolla, parmig. grattug., olio evo
	Stracchino / robiola	Stracchino/Robiola
	Insalata mista	Insalata, olio evo
	Pane GF	<u>Pane senza glutine</u>
	Susine / fragole / pesca	Susine / fragole / pesca
MARTEDÌ	Riso con carotine	<u>Riso</u> , carote, parmigiano, olio evo, cipolla, sedano q.b
	Bocconcini di pollo gratinati	<u>Pollo</u> , pangrattato senza glutine, olio evo
	Pomodori	Pomodori
	Pane GF	<u>Pane senza glutine</u>
	Macedonia / banana / albicocche	Macedonia / banana / albicocche
MERCOLEDÌ	Pasta GF integrale/pasta GF al pomodoro e basilico	<u>Pasta senza glutine integrale/pasta senza glutine</u> , pomodoro pelato, olio evo, parmigiano grattugiato, cipolla, basilico
	Frittata	Uovo, olio evo, parmigiano, latte, limone
	Verdure miste di stagione	Verdure miste di stagione, olio evo
	Pane GF	<u>Pane senza glutine</u>
	Fragole / mela / pesca	Fragole / mela / pesca
GIOVEDÌ	Passato di verdure con pastina GF	<u>Pastina senza glutine</u> , verdure miste, brodo vegetale, parmig. gratt., olio evo
	Nasello panato al forno	<u>Nasello</u> , pangrattato senza glutine, olio evo, rosmarino
	Patate lesse	Patate, olio evo
	Pane GF	<u>Pane senza glutine</u>
	Albicocca / pesca / banana	Albicocca / pesca / banana
VENERDÌ	Piatto unico: Risotto con dadini di pollo e piselli	Riso, olio evo, pollo, piselli, carota, cipolla, prezzemolo
	Crocchette di patate/Patate al forno	<u>Patate</u> , parmigiano, pangrattato senza glutine, olio evo / Patate, olio evo, rosmarino
	Insalata verde	Insalata, olio evo
	Pane GF	<u>Pane senza glutine</u>
	Mela/susina	Mela/susina

SECONDA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta GF e lenticchie (asciutte/in brodo)	<u>Pasta senza glutine</u> , lenticchie, pomodoro pelato, brodo vegetale, (sedano, carota e cipolla), parmig. gratt., olio evo
	Mozzarella	Mozzarella
	Pomodori gratinati o crudi	<u>Pomodori , olio evo , pangrattato senza glutine</u>
	Pane GF	<u>Pane senza glutine</u>
	Albicocca / pesca / mela	Albicocca / pesca / mela
MARTEDÌ	Piatto unico: pasta GF con ragù/polpettine di carne di manzo	<u>Pasta senza glutine</u> , carne di manzo ,pomodoro, mollica di pane senza glutine, parmigiano, uovo, latte , olio evo
	Carote julienne	Carote, olio evo
	Pane GF	<u>Pane senza glutine</u>
	Albicocca / pera / banana	Albicocca / pera / banana
MERCOLEDÌ	Risotto con zafferano	Riso, brodo vegetale (cipolla carota sedano),parmigiano , olio evo, zafferano
	Bocconcini di pollo e spinaci	Pollo a tocchetti, rosmarino, aglio, olio evo, spinaci
	Pane GF	<u>Pane senza glutine</u>
	Pera / fragole / albicocche	Pera / fragole / albicocche
GIOVEDÌ	Minestra di verdura con riso	<u>Riso</u> , verdure miste, brodo vegetale, parmig. gratt., olio evo
	Frittata	Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Patate al forno	Patate, olio evo, rosmarino
	Pane GF	<u>Pane senza glutine</u>
	Pesca / fragole / pera	Pesca / fragole / pera
VENERDÌ	Pasta GF con carotine	<u>Pasta senza glutine , carotine , olio evo.</u>
	Sformato di verdure dell'orto estive con pesce	<u>Carote, zucchine, seppie e platessa, patate, parmigiano, uovo, pangrattato senza glutine, olio evo</u>
	Pane GF	<u>Pane senza glutine</u>
	Mela / pesca / fragole	Mela / pesca / fragole

TERZA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta GF al pomodoro	<u>Pasta senza glutine, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla,</u>
	Insalata di pollo / tacchino con lattuga	Petto di pollo , lattuga, olio evo
	Pane GF	<u>Pane senza glutine</u>
	Pera / fragole / albicocche	Pera / fragole / albicocche
MARTEDÌ	Piatto unico: pasta GF e ceci passati	<u>Pasta senza glutine, ceci , pomodoro pelato, brodo vegetale, parmigiano grattugiato, olio evo</u>
	Sformato di zucchine e patate	Patate, zucchine, uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Pane GF	<u>Pane senza glutine</u>
	Susine / banana / pesca	Susine / banana / pesca
MERCOLEDÌ	Riso con verdure (asciutto)	<u>Riso, verdure di stagione, brodo vegetale (cipolla carota sedano) parmig. gratt., olio evo</u>
	Spezzatino di carne bianca	Pollo o tacchino, olio evo, rosmarino, cipolla, sedano, carota
	Zucchine	Zucchine, olio evo
	Pane GF	<u>Pane senza glutine</u>
	Banana / pesca / mela	Banana / pesca / mela
GIOVEDÌ	Pasta GF olio e parmigiano	<u>Pasta senza glutine, parmigiano, olio evo</u>
	Frittata	Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Verdure di stagione	Verdure di stagione
	Pane GF	<u>Pane senza glutine</u>
	Albicocche / mela / pesca	Albicocche / mela / pesca
VENERDÌ	Pasta GF integrale al pomodoro e basilico	<u>Pasta senza glutine, pomodoro, parmigiano , olio evo, carota, cipolla, sedano, basilico</u>
	Filetti di platessa al forno	<u>Platessa , pangrattato senza glutine, olio evo, rosmarino</u>
	Carote e finocchi	Finocchi, carote, olio evo
	Pane GF	<u>Pane senza glutine</u>
	Fragole / pera / pesca	Fragole / pera / pesca

QUARTA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Risotto con piselli e carote	Riso , carote, piselli , parmigiano grattugiato , olio evo , brodo vegetale
	Caprese mozzarella e pomodoro	Mozzarella , pomodoro , olio evo
	Pane GF	Pane senza glutine
	Macedonia / banana	Macedonia / banana
MARTEDÌ	Passato di verdure con riso	<u>Riso</u> , verdure miste, brodo vegetale, parmig. gratt., olio evo
	Scaloppine di tacchino al limone	<u>Tacchino</u> , <u>farina senza glutine</u> , latte, limone, olio evo
	Patate al forno o in padella	Patate, olio evo, rosmarino
	Pane GF	<u>Pane senza glutine</u>
	Mela / pesca / albicocche	Mela / pesca / albicocche
MERCOLEDÌ	Pasta GF integrale/pasta GF con pomodoro e basilico	<u>Pasta senza glutine integrale/Pasta senza glutine</u> , pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla, basilico
	Frittata	Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Zucchine	Zucchine, olio evo
	Pane GF	<u>Pane senza glutine</u>
	Melone / mela / banana	Melone / mela / banana
GIOVEDÌ	Piatto unico: pasta GF e fagioli asciutta	<u>Pasta senza glutine</u> , fagioli, pomodoro pelato, brodo vegetale, parmigiano grattugiato, olio evo
	Polpette di verdure dell'orto estive	<u>Polpette: Bieta o zuccina</u> , <u>ricotta</u> , <u>patate</u> , <u>farina senza glutine</u> , <u>parmigiano</u> , <u>uovo</u> , <u>pangrattato senza glutine</u> , olio evo , carote
	Pane GF	<u>Pane senza glutine</u>
	Susine / pesca / fragole	Susine / pesca / fragole
VENERDÌ	Pasta GF olio e parmigiano	<u>Pasta senza glutine</u> , parmigiano, olio evo
	Codine di rospo/ Filetto di platessa/ Merluzzo con pomodorini	Codine di rospo/ Filetto di platessa/ Merluzzo , pomodorini , scorza di limone grattugiata, aglio, rosmarino, prezzemolo, olio evo
	Fagiolini	Fagiolini , olio evo
	Pane GF	<u>Pane senza glutine</u>
	Fragole / pera / pesca	Fragole / pera / pesca