

TABELLA DIETETICA A.F.2023/2024

| MENU' PRIM/EST | I SETTIMANA   | 2' SETTIMANA  | 3' SETTIMANA   | 4' SETTIMANA   |
|----------------|---|---|--|--|
| Lunedì         | Pasta integrale al sugo di verdure*<br>Frittata di verdure<br>Insalata<br>Pane e frutta             | Pasta al pesto**<br>Bocconcini di pollo<br>Verdura cotta<br>Insalata<br>Pane e frutta   | Pasta integrale allo zafferano<br>Frittata di verdure<br>Insalata<br>Fagiolini*<br>Pane e frutta | Riso con verdure**<br>Mozzarella** e pomodori<br>Fagiolini*<br>Pane e frutta                     |
| Martedì        | Riso allo zafferano**<br>Grana padano**<br>Carote crude<br>Fagiolini*<br>Pane e frutta              | Pasta integrale al sugo**<br>Manzo all'olio<br>Carote crude<br>Patate<br>Pane e frutta  | Riso al pomodoro**<br>Burger di legumi e rosmarino<br>Insalata mista<br>Pane e frutta            | Pasta olio e grana**<br>Straccetti di tacchino e verdure<br>Insalata<br>Pane e frutta            |
| Mercoledì      | Pasta al pomodoro e pesto**<br>Crocchette di legumi<br>Pomodori<br>Pane e frutta                    | Lasagne verdure e carne**<br>Zucchine al forno<br>Insalata<br>Pane e frutta             | Riso freddo<br>Bocconcini di pollo alla pizza<br>carote cotte<br>Pane e frutta fresca            | Pasta integrale al ragù**<br>Spinaci*<br>carote crude<br>Pane e frutta                           |
| Giovedì        | Pasta olio e tonno**<br>Tacchino gratinato<br>Insalata<br>Pane e frutta                             | Verdura cotta e legumi<br>Pizza margherita**<br>Pomodori<br>Pane e frutta               | Pasta al sugo**<br>Lonza alle verdure<br>Purè<br>Pane e frutta                                   | Slow food Day<br>Ink Burger (hamburger di carne)<br>Patate al forno<br>Insalata<br>Pane e frutta |
| Venerdì        | Pasta olio e grana**<br>Filetti di merluzzo* al limone<br>Carote cotte<br>Finocchi<br>Pane e frutta | Riso alla parmigiana**<br>Polpette di tonno e patate<br>Insalata mista<br>Pane e frutta | Pasta olio e Grana**<br>Filetti di pesce al forno*<br>Carote cotte<br>Insalata<br>Pane e frutta  | Pasta integrale al pomodoro e tonno<br>Cotoletta di platessa*<br>Insalata<br>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).

Ogni piatto proposto all'interno del Menù è privo di frutta secca

\* prodotto surgelato \*\*= Utilizzo di formaggi privi di lattosio quali Parmigiano reggiano, mozzarella senza lattosio o Grana padano 24 mesi