

PRIMA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta al pomodoro	Pasta di semola, pomodoro pelato , olio evo
	Sformato di ricotta e broccoletti o bietole	Ricotta vaccina, broccoletti freschi o bietole, uova, mollica di pane, olio evo , parmigiano grattugiato
	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	
MARTEDÌ	Passato di verdure con pastina	Verdure miste, pastina di semola , olio evo , parmigiano grattugiato
	Hamburger di ceci	Ceci, pangrattato, uovo, cipolla, spezie, olio evo
	Spinaci	Spinaci , olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Frutta fresca di stagione	
MERCOLEDÌ	PIATTO UNICO: Pasta e fagioli borlotti (asciutta)	Pasta di semola (ditalini), fagioli borlotti, pomodoro, sedano, carota, cipolla, olio evo
	Quadratini di frittata (1/2 porzione)	Uovo, olio evo
	Finocchi	Finocchi, olio evo
	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Mela, banana, pera, arance
GIOVEDÌ	Pasta con crema di cime di rapa	Pasta di semola, cime di rapa , olio evo, alici sott’olio
	Mozzarella/Robiola e carote	Mozzarella/Robiola e carote
	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	
VENERDÌ	Riso olio e parmigiano	Riso , olio evo , parmigiano grattugiato
	Filetto di platessa panato al forno	Filetto di Platessa , pangrattato, olio evo, rosmarino, aglio
	Insalata mista	Insalata mista, olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Frutta fresca di stagione	

**NB le modalità di preparazione/presentazione possono essere variate secondo le raccomandazioni allegate: esempio più o meno brodoso, asciutto, con o senza pomodoro, olive denocc.*

SECONDA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta olio e parmigiano	Pasta di semola, olio evo , parmigiano grattugiato.
	Frittata e spinaci	Uovo, spinaci, olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Frutta fresca di stagione	
MARTEDÌ	Pasta con seppioline	Pasta di semola , seppioline, carota , sedano, cipolla, aglio, polpa di pomodoro , brodo, olio evo
	Mozzarella/Robiola	
	Insalata	Insalata, olio evo
	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	
MERCOLEDÌ	Minestra di verdure con orzo	Orzo , bietola, patata , cipolla, sedano, olio evo , parmigiano grattugiato
	Polpette di ceci	Ceci, uovo, pangrattato, spezie, parmigiano gratt.
	Finocchi	Finocchi , olio evo
	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	arance e/o spremute
GIOVEDÌ	PIATTO UNICO: Pasta con ragù di lenticchie	Pasta di semola, lenticchie, pomodoro pelato, olio evo
	Bieta	Bieta, olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Frutta fresca di stagione	
	Frutta fresca di stagione	
VENERDÌ	Pasta con crema di zucca e ceci	Pasta di semola, zucca fresca, ceci, olio evo , brodo vegetale (q.b.), cipolla, parmigiano grattugiato
	Filetti di merluzzo con pomodoro e olive denocciolate opp. gratinato	Merluzzo, olive denocciolate verdi e/o nere, cipolla, pomodoro, olio evo Merluzzo, pangrattato, rosmarino, olio evo
	Carote al vapore	Carote, olio evo
	Pane	Pane
	Ciambellone	Uova in bric, latte, zucchero, olio di semi, farina, cacao. (Preparato dalla cuoca)

***NB le modalità di preparazione/presentazione possono essere variate secondo le raccomandazioni allegate: esempio più o meno brodoso, asciutto, con o senza pomodoro, olive denocc.**

TERZA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta al pomodoro	Pasta di semola, pomodoro pelato, olio evo, basilico
	Codine di rospo gratinate	Codine di rospo, pangrattato, olio evo , prezzemolo, aglio
	Spinaci	Spinaci , olio evo
	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Mela, banana, pera, arance
MARTEDÌ	Pasta alla crema di fagioli cannellini*	Pasta di semola , fagioli cannellini , cipolla, olio evo
	Cotoletta di mare	Filetti di platessa , pangrattato, scorza di limone gratt, rosmarino, olio evo
	Insalata bicolore	Lattuga romana, radicchio, olio evo
	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
MERCOLEDÌ	Risotto allo zafferano	Riso , brodo vegetale (bietola, carota, patata, sedano, cipolla), zafferano, olio evo , parmigiano grattugiato
	Lenticchie al pomodoro	Lenticchie, pomodoro, spezie, olio evo
	Bieta	Bieta , olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Frutta fresca di stagione	
GIOVEDÌ	Piatto unico: pizza margherita (per primaria)	Farina (70% tipo 0 + 30% tipo integrale), lievito, acqua, sale, zucchero. Condimento: passata di pomodoro,
	Infanzia: Pasta con la zucca/zucchina (in base ai mesi)+ robiolino	mozzarella, olio evo, sale, basilico e/o origano. Pasta, zucca/zucchina, cipolla, olio evo; robiolino
	Carote Julienne	Carote crude, olio evo
	Frutta fresca di stagione	
VENERDÌ	Pasta e piselli	Pasta di semola, piselli , cipolla, parmigiano grattugiato ,olio evo
	Frittata	Uovo, olio evo
	Patate	Patate , olio evo
	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione

*NB le modalità di preparazione/presentazione possono essere variate secondo le raccomandazioni allegate: esempio più o meno brodoso, asciutto, con o senza pomodoro, olive denocc.

QUARTA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta di farro al pomodoro	Pasta di farro , pomodoro pelato , olio evo
	Polpette di pesce con verdure	Merluzzo e seppia surgelate, mollica di pane, uovo, parmigiano gratt., olio evo , prezzemolo, , limone gratt., carota, cipolla, pomodoro, noce moscata
	Bieta	Bieta, olio evo
	Pane	Pane
	Arancia o spremuta	
MARTEDÌ	Pasta olio e parmigiano	Pasta di semola , olio evo , parmigiano grattugiato.
	Frittata	Uovo, olio evo
	Carote al vapore	Carote, olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Frutta fresca di stagione	
MERCOLEDÌ	Risotto con crema di lenticchie*	Riso, lenticchie, cipolla, olio evo , parmigiano grattugiato
	Mozzarella/Robiola	Mozzarella/Robiola
	Insalata bicolore	Lattughino, radicchio rosso, olio evo
	Pane e Frutta fresca di stagione	Pane +frutta fresca di stagione
GIOVEDÌ	Antipasto: verdure gratinate	Verdure di stagione, olio evo , pangrattato
	PIATTO UNICO: Pasta e fagioli borlotti (asciutta)	Pasta di semola (ditalini), fagioli borlotti, pomodoro, sedano, carota, cipolla, olio evo
	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Mela, banana, pera, arance
VENERDÌ	Frutta fresca di stagione	
	Pasta al ragù rosso di pesce	Pasta di semola, trito di pesce, pomodoro pelato, olio evo, erbe aromatiche
	Polpette di ricotta e spinaci	Ricotta, spinaci, uovo, pangrattato, parmigiano, olio evo
	Finocchi e carote	Finocchi e carote
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Ciambellone	Uova in bric, latte, zucchero, olio di semi, farina, cacao. (Preparato dalla cuoca)

***NB le modalità di preparazione/presentazione possono essere variate secondo le raccomandazioni allegate: esempio più o meno brodoso, asciutto, con o senza pomodoro, olive denocc.**

QUINTA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	PIATTO UNICO: Pasta con ragù di lenticchie	Pasta di semola, lenticchie, pomodoro pelato, olio evo
	Verdure cotte	Spinaci con olio evo e patate
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Frutta fresca di stagione	
MARTEDÌ	Risotto allo zafferano	Riso , brodo vegetale (bietola, carota, patata, sedano, cipolla), zafferano, olio evo , parmigiano grattugiato
	Merluzzo impanato	Merluzzo , pangrattato, olio evo , rosmarino , aglio, limone gratt
	Carote Julienne	Carote crude, olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Frutta fresca di stagione	Mela, banana, pera, arance
MERCOLEDÌ	Pasta olio e parmigiano	Pasta di semola , olio evo , parmigiano grattugiato.
	Polpettine di ceci	Ceci, uovo, pangrattato, parmigiano, olio evo
	Bieta	Bieta, olio evo, erbe aromatiche
	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	
GIOVEDÌ	Passato di verdure con pastina	Verdure miste, pastina di semola, olio evo , parmigiano grattugiato
	Rotolo variopinto	Uova, carote, zucchine o spinaci, olio evo
	Insalata mista	Pan di zucchero, carote , finocchi, olio evo
	Pane	Pane
	Arancia o spremuta	
VENERDÌ	Pasta di semola al pomodoro	Pasta di semola, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato
	Codine di rospo	Codine di rospo, olio evo, erbe aromatiche
	Finocchi crudi	Finocchi, olio evo
	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	

**NB le modalità di preparazione/presentazione possono essere variate secondo le raccomandazioni allegate: esempio più o meno brodoso, asciutto, con o senza pomodoro, olive denocc.*