

ALLEGATO IV – MENU' INVERNALE

	1° Settimana	2° Settimana	3° Settimana
Lunedì	Pasta (50/70/80 g) al pomodoro (60/80/90 g); Tagliata di frittata (40/65/85 g) con emmenthal (5 g) e Prosciutto (10 g); Zucchine (120/160/180 g); Pane (20/40/60 g); Frutta di stagione (150 g) oppure Polpa di Frutta;	Crema di lenticchie (30/40 g) con pasta (30/40/50 g); Caciotta (30/40/50 g); Finocchi Julienne (60/50/60 g); Pane (20/40/60 g); Frutta di stagione (150 g) oppure Polpa di Frutta;	Quadrucci (50/70/80 g) in brodo; Polpettine di verdure e parmigiano (60/80/100 g); Fagiolini e carote (120/160/200 g); Pane (20/40/60 g); Frutta di stagione (150 g) oppure Polpa di Frutta;
Martedì	Pasta (50/70/80 g) al pomodoro (60/80/90 g); Frittata saporita (g 50/70/100) con zucchine* Insalata Verde (G30/40/50); Pane (20/40/60 g); Frutta di stagione (150 g) oppure Polpa di Frutta;	Risotto (50/70/80 g) allo zafferano (qb); Spezzatino di pollo (g 60/80/100) con Patate (g 120/160/180); Pane (20/40/60 g); Frutta di stagione (150 g) oppure Polpa di Frutta;	Pasta al pomodoro (25/40/50 g) e ricotta (20/25/35 g); Spezzatino di tacchino (60/80/100 g); Zucchine (120/160/180 g); Pane (20/40/60 g); Frutta di stagione (150 g) oppure Polpa di Frutta;
Mercoledì	Pasta (g 50/70/80) integrale alla pizzaioia; Spezzatino di bovino (60/80/100 g) con carote (80/100/120 g); Pane (20/40/60 g); Frutta di stagione (150 g) oppure Polpa di Frutta;	Pasta (50/70/80 g) ragù di pesce (g 7/10) Tortino di merluzzo* (g 70/90/100 gr) Carote prezzemolate (80/100/120 g); Pane (20/40/60 g); Frutta di stagione (150 g) oppure Polpa di Frutta;	Pasta (g 50/70/80) all'ortolana (g 30/40/50) Tocchetti di frittata al pomodoro (5g) e parmigiano (5g); Patate (120/160/180 g); Pane (20/40/60 g); Frutta di stagione (150 g) oppure Polpa di Frutta;
Giovedì	Pasta con pomodoro e ricotta (50/70/80 g); Polpette ceci e pecorino* Bieta (120/130/150) Pane (20/40/60 g); Frutta di stagione (150 g) oppure Polpa di Frutta;	Crema di fagioli con pasta (50/70/80 g); Emmenthal (30/40/50 g); Insalata mista (60/80/100 g) (lattuga, finocchi e carote); Pane (20/40/60 g); Frutta di stagione (150 g) oppure Polpa di Frutta;	Zuppa di legumi (30/40/50) con Farro/orzo (g 30/40/50) Mozzarella (50/80/100 g); Insalata di finocchi (60/80/100 g); Pane (20/40/60 g); Frutta di stagione (150 g) oppure Polpa di Frutta;
Venerdì	Passato di verdure (30/40/50 gr) e legumi (10 gr) con orzo (g; 30/40/50 g) Bocconcini di pesce/fettuccine di totanogratinato (g 70/90/100 gr)	Gnocchetti (80/90/100 g) al pomodoro; Polpette di bovino al sugo (g 60/90/100) Spinaci (120/130/150) Pane (20/40/60 g);	Riso al pomodoro (50/70/80 g); Bocconcini di pollo (g 60/80/100) alle olive (10 g); Carote (80/100/120 g);

ALLEGATO IV – MENU' INVERNALE

	Patate (120/160/180 g); Pane (20/40/60 g); Frutta di stagione (150 g) oppure Polpa di Frutta;	Frutta di stagione (150 g) oppure Polpa di Frutta;	Pane (20/40/60 g); Frutta di stagione (150 g) oppure Polpa di Frutta;
	4° Settimana	5° Settimana	6° Settimana
Lunedì	Pasta (50/70/80 g) al ragù bianco [carne (10/15/20 g) + sedano +carote + cipolla qb)]; Emmenthal (30/40/50 g); Carote e finocchi julienne (60/80/100 g); Pane (20/40/60 g); Frutta di stagione (150 g) oppure Polpa di Frutta;	Riso (50/70/80 g) al pomodoro (60/80/90 g); Frittata saporita (g 50/70/100) con spinaci e ricotta (20/30 gr) Insalata mista (lattuga, finocchi e carote) (60/80/100g); Pane (20/40/60 g); Frutta di stagione (150 g) oppure Polpa di Frutta;	Pasta (50/70/80 g) all'ortolana verdure (20/25/30 g) + pomodoro (60/80/90 g)]; Bocconcini di merluzzo (70/100/130 g); Carote (80/100/120 g); Pane (20/40/60 g); Frutta di stagione (150 g) oppure Polpa di Frutta;
Martedì	Pasta (50/70/80 g) al ragù bianco [carne (10/15/20 g) + sedano +carote + cipolla qb)]; Polpette di bovino (60/80/100 g); Bieta all'olio (120/160/200 g); Pane (20/40/60 g); Frutta di stagione (150 g) oppure Polpa di Frutta;	Pasta (50/70/80 g) al tonno (10/15 gr) prezzemolo qb Polpettine di merluzzo panate * Spinaci ripassati (120/160/200 g); Pane (20/40/60 g); Frutta di stagione (150 g) oppure Polpa di Frutta;	Cannellini (30/40 g) con pasta (30/40/50 g); Spezzatino di bovino (60/80/100 g); Zucchine (120/160/180 g); Pane (20/40/60 g); Frutta di stagione (150 g) oppure Polpa di Frutta;
Mercoledì	Pasta, (30/40/50) ceci (g 20/30) e zafferano qb Bocconcini di pesce (g70/100/130); Patate (120/160/180 g) prezzemolate (1 g olio e sale qb); Pane (20/40/60 g); Frutta di stagione (150 g) oppure Polpa di Frutta;	Crema di lenticchie (30/40 g) con farro (30/40/50 g); Asiago (30/40/50 g); Carote (80/100/120 g); Pane (20/40/60 g); Frutta di stagione (150 g) oppure Polpa di Frutta;	Pasta (50/70/80 g) al ragù di bovino (g10/15/20) Flan di ricotta * Spinaci (120/130/150) Pane (20/40/60 g); Frutta di stagione (150 g) oppure Polpa di Frutta;
Giovedì	Passato di verdure (70/80/90 g) con riso (30/40/50 g) integrale; Spezzatino di Tacchino (g 60/80/100) ; Carote al vapore (80/100/120 g);	Pasta (g50/70/80) pomodoro (60/80/90 g);e olive (g 3/5); Polpette di bovino (60/80/100 g); Fagiolini (g120/160/200);	Vellutata di piselli (g30/40/50) con pastina (30/40/50); Certosa (50/70/80 gr);

ALLEGATO IV – MENU' INVERNALE

	Pane (20/40/60 g); Frutta di stagione (150 g) oppure Polpa di Frutta;	Pane (20/40/60 g); Frutta di stagione (150 g) oppure Polpa di Frutta;	Insalata mista (60/80/100 g) (lattuga, carote e finocchi); Pane (20/40/60 g); Frutta di stagione (150 g) oppure Polpa di Frutta;
Venerdì	Pasta (50/70/80 g) alla pizzaiola pomodoro (60/80/90 g) +origano (g 1); Flan di ricotta e carciofi * Spinaci (120/130/150) Pane (20/40/60 g); Frutta di stagione (150 g) oppure Polpa di Frutta;	Pasta (g 50/70/80) all'ortolana verdure (g 30/40/50) Hamburger di patate con formaggio e prosciutto*; Pane (20/40/60 g); Frutta di stagione (150 g) oppure Polpa di Frutta;	Riso (50/70/80 g) con zucchine (20/40/50 g); Uova strapazzate (g 50/70/100); Patate lesse(g 120/160/180); Pane (20/40/60 g); Frutta di stagione (150 g) oppure Polpa di Frutta;

*POLPETTE DI MERLUZZO PANATE = MERLUZZO (70/100/130 g) + PATATE (20/30 g) +PANE GRATTUGIATO (5/8/10 g) UOVO (3,5/4,5/5,5 g) olio e sale QB

*TORTINO DI MERLUZZO= MERLUZZO (70/100/130 g) + PATATE (20/30 g) +PANE GRATTUGIATO (5/8/10 g) UOVO (3,5/4,5/5,5 g) olio e sale QB

*FLAN RICOTTA = RICOTTA (40/50/60 g) + PATATE (40/50 g) + PANE GRATTUGIATO (5/8/10 g) UOVO (3,5 /4,5/5,5 g) olio e sale QB

*POLPETTE DI CECI E PECORINO= CECI (50/60/ 80 g) + PATATE (20/30 g) +PANE GRATTUGIATO (5/8/10 g) UOVO (3,5/4,5/5,5 g) + PECORINO (3g) olio e sale QB

*HAMBURGER DI PATATE E PROSCIUTTO = PATATE (120/180/200 g) MOZZARELLA (15/20 g) +PANE GRATTUGIATO (5/8/10 g) UOVO (3,5/4,5/5,5 g) + olio e sale

*UOVA STRAPAZZATE/FRITTATA =(50/70/100 g) + LATTE (10 g)

*FRITTATA SAPORITA = =(50/70/100 g) + (ZUCCHINE 10 GR) +PARMIGIANO REGG (5 g)

*PASSATO DI LEGUMI + PASTA/ORZO/FARRAO= LEGUMI (30 g) + CEREALI (30/40/50 g) + CAROTE/SEDANO/CIPOLLA QB E POMODORO (10 g)

*GRAMMATURA PARMIGIANO (5g)