

**4.5 - MENÙ PER ASILO NIDO (bambini 12-36 mesi) ARTICOLATO SU 12 SETTIMANE**

**MENÙ AUTUNNO-INVERNO 1° settimana**

**Spuntino ore 10**

Frutta fresca di stagione

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(1) Risotto bianco con piselli	(24) Polenta al pomodoro	(3) Crema di verdure e orzo	(56) Gnocchi al sugo di pomodoro e ceci	(2) Pasta al pomodoro
(38) Frittata alle verdure al forno	(33) Polpette di ricotta e Spinaci	(32) Spezzatino di tacchino		(31)Pesce al forno
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Macedonia di frutta	(*) Frutta fresca

**Spuntino ore 16**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane olio	schacciata rosmarino	Dolce artigianale	Yogurt alla frutta + fette biscottate	Pane e olio

**CONSIGLI PER LA CENA**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto al pomodoro pesce Contorno, Pane, Frutta	Minestra con verdure e legumi Carne bianca Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto asciutto con verdure Salumi Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto in brodo con verdure Carne rossa Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico Contorno, Pane, Frutta

## MENÙ AUTUNNO-INVERNO 2° settimana

### Spuntino ore 10

Frutta fresca di stagione

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(18) Risotto ai porri con verdura	(16) Crema di legumi con pastina	(2) Pasta al pomodoro	(26) Passato di verdure con crostini di pane	(22) Pasta ricotta e prosciutto cotto
(43) filetti panati di pesce al forno	(50) Petto di pollo alla salvia	(31) Platessa al forno	(42) Arista al forno	
(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

### Spuntino ore 16

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e olio	Dolce artigianale oppure Frutta cotta con miele e uva passa	Pane e prosciutto	Yogurt bianco e frutta	Pane e olio

### CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Piatto unico a base di pasta ripiena Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro Uova Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto in brodo con verdura, Formaggio Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico con legumi Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto asciutto con verdura, Carne rossa Contorno, Pane, Frutta

**MENÙ AUTUNNO-INVERNO 3° settimana**

**SPUNTINO ORE 10**

Frutta fresca di stagione

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(2) Pasta al pomodoro	(28) Minestrone di verdure e legumi	(10)Riso in brodo vegetale	(5)Pasta olio e grana	(*)Antipasto di verdure
(35) Roast beef di maiale	(49) Crostino al formaggio	(36)Seppie gratinate	(37) Bocconcini di pollo all'olio aromatico	(5)Risotto in bianco
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Piselli in bianco	Verdura cotta	(38)Frittata con verdure al forno
(*) Pane integrale	(*) Pane comune		(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

**Spuntino ore 16**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Frutta e yogurt bianco	Pane e olio	Schiacciata con noci	Dolce artigianale	Pane e prosciutto cotto

**CONSIGLI PER LA CENA**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Piatto unico Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto in bianco Carne bianca Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto asciutto con verdure Uova Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico con legumi, Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro, Pesce Contorno, Pane, Frutta

## MENÙ AUTUNNO-INVERNO 4° settimana

### Spuntino ore 10

Frutta fresca di stagione

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(8) Risotto con spinaci	(27) Minestra con patate e finocchi	(23) Pasta al ragù di pesce e pomodoro	(26) Crema di verdure con crostini di Pane	(14) Risotto con Lenticchie decorticate
(50) Petto di pollo al limone	(*) Mozzarella		(39) Polpette alla Pizzaiola	(30) Frittata al forno
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta cotta	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

### Spuntino ore 16

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e olio	Pane e marmellata	Yogurt alla frutta + fette biscottate	Schiacciata al formaggio	Dolce artigianale

### CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto al pomodoro Pesce Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico con legumi  Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto in brodo con verdure Salumi Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro formaggio Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdure Carne bianca Contorno, Pane, Frutta

**MENÙ AUTUNNO-INVERNO 5° settimana**

**Spuntino ore 10**

Frutta fresca di stagione

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(6) Pasta con verdure	(34) Vellutata di ceci	(2) Pasta al pomodoro	(17) Passato di verdure con riso	(29) Gnocchi olio e salvia
(*) Prosciutto cotto	(39) Polpette carne e verdura	(30) Frittata al forno	(32) Spezzatino di tacchino	(40) Pesce al pomodoro
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

**Spuntino ore 16**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e olio	Schiacciata con cipolla	Yogurt bianco + frutta	Dolce tipo casalingo	Pane e olio

**CONSIGLI PER LA CENA**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Piatto unico Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro Formaggio Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto in bianco Pesce Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdura Carne bianca Contorno, Pane, Frutta

## MENÙ AUTUNNO-INVERNO 6° settimana

### Spuntino ore 10

Frutta fresca di stagione

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(*)Antipasto di verdura	(6) Pasta con verdure	(60)Pasta pomodoro e olive verdi	(10)Riso in brodo di carne	(28)Passato di verdure e legumi con riso
(2)Pasta al pomodoro	(35)Arista al latte	(55) Pesce all'agro	(39)Polpette agli aromi	(31)Pesce al forno
(*)Formaggio fresco	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda
(*) Pane integrale	(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta cotta	(*) Frutta fresca

### Spuntino ore 16

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane olio	schacciata rosmarino	Yogurt alla frutta + fette biscottate	Dolce artigianale	Pane e olio

### CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Minestra di verdure Carne bianca Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto in bianco Legumi Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdure Salumi Contorno, Pane, Frutta	Pizza Contorno, Frutta	Primo piatto al pomodoro Uovo Contorno, Pane, Frutta

**MENÙ AUTUNNO-INVERNO 7° settimana**

**Spuntino ore 10**

Frutta fresca di stagione

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(8)Risotto con verdure	(2) Pasta al pomodoro	(17)Passato di verdure con farro	(34)Zuppa di lenticchie con crostini di Pane	(24) Semolino ai formaggi
(35)Roast beef di maiale al latte	(31)Pesce al forno	(50)Petto di pollo alla salvia	(38)Frittata al forno con verdure	(49)Crostini di verdura
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	
(*) Pane comune	(*)Patate	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta cotta	(*) Frutta fresca

**Spuntino ore 16**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e olio	Dolce artigianale	Yogurt bianco e frutta	Pane e prosciutto	Pane e olio

**CONSIGLI PER LA CENA**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Piatto unico con legumi Contorno, Pane, Frutta	Minestra di verdure Formaggio Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro salumi Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto in bianco Carne bianca Contorno, Pane, Frutta	Minestra di verdure Pesce Contorno, Pane, Frutta

## MENÙ AUTUNNO-INVERNO 8° settimana

### Spuntino ore 10

Frutta fresca di stagione

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(11) Pasta al pesto	(25) Gnocchi al pomodoro	(20) Risotto al pomodoro	(7) Minestra di legumi passati e orzo	(6) Pasta con verdure
(32) Rollè di tacchino con crema di carote	(*) Formaggio fresco	(38) Frittata con piselli	(42) Arrosto di vitello	(36) Seppie gratinate
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda
(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

### Spuntino ore 16

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Frutta e yogurt bianco	Pane e olio	Schiacciata con noci	Dolce artigianale	Pane e prosciutto cotto

### CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto al pomodoro pesce Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con legumi Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdure Pesce Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico Contorno, Pane, Frutta	Minestra di verdure Carne rossa Contorno, Pane, Frutta

**MENÙ AUTUNNO-INVERNO 9° settimana**

**Spuntino ore 10**

Frutta fresca di stagione

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(27)Crema di piselli e patate con riso	(6)Pasta con verdure	(10)Minestra in brodo vegetale	(*)Antipasto di verdura	(24)Polenta al pomodoro
(32)Bocconcini di tacchino	(43)Crocchette di pesce	(37)Straccetti	(58) Risotto allo zafferano	(33)Polpette ricotta e spinaci
(*) Verdura cotta	(*)Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Prosciutto cotto	(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta cotta	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

**Spuntino ore 16**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e olio	Pane marmellata	Yogurt alla frutta + cereali in fiocchi	Pizza al pomodoro	Dolce artigianale

**CONSIGLI PER LA CENA**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto al pomodoro Formaggio Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico con legumi Contorno, Pane, Frutta	Pizza Contorno, Frutta	Primo piatto in bianco Uovo Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico con pesce Contorno, Pane, Frutta

## MENÙ AUTUNNO-INVERNO 10° settimana

### Spuntino ore 10

Frutta fresca di stagione

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(23) Pasta al ragù	(10) Pastina in brodo di carne	(14) Risotto con lenticchie	(2) Pasta alla marinara	(17) Passato di verdure con orzo
(51) Sformato di verdura	(37) Dadini di bollito all'agro	(*) Prosciutto crudo IGP	(31) Pesce al forno	(*) Formaggio morbido
	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

### Spuntino ore 16

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e olio	Schiacciata con cipolla	Yogurt bianco+frutta	Dolce tipo casalingo	Pane e olio

### CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto in bianco Legumi in insalata Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdure Formaggio Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con pomodoro Carne bianca Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico con legumi Uovo Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdura Pesce Contorno, Pane, Frutta

**MENÙ AUTUNNO-INVERNO 11° settimana**

**Spuntino ore 10**

Frutta fresca di stagione

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDI	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(2) Pasta al pomodoro	(5) Risotto olio e parmigiano	(2) Pasta al pomodoro con aromi	(13) Pasta in bianco con cannellini	(3) Passato di verdure con orzo perlato
(*) Formaggio	(50) Tacchino alle erbe	(55) Pesce alla mugnaia		(*) Prosciutto cotto
(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda
(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

**Spuntino ore 16**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e marmellata	Pizza	Dolce artigianale	Yogurt alla frutta + fette biscottate	Pane e olio

**CONSIGLI PER LA CENA**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Minestra di verdure Carne rossa Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con legumi Contorno, Pane, Frutta	Pizza Contorno, Frutta	Minestra con verdure, Pesce, Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro Carne bianca Contorno, Pane, Frutta

## MENÙ AUTUNNO-INVERNO 12° settimana

### Spuntino ore 10

Frutta fresca di stagione

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(8)Risotto con verdure	(17)Passato di verdura con pasta	(16)Quadrucci e ceci	(6)Pasta al ragù vegetale	(22)Pasta ricotta e pomodoro
(38)Frittata di porri	(37)Straccetti di tacchino	(*)Prosciutto cotto	(31)Pesce al forno	
(*)Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*)Insalata mista con granella di frutta secca
(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

### Spuntino ore 16

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e olio	Dolce artigianale	Pane e ricotta	Yogurt bianco e frutta	Pane e olio

### CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto al pomodoro Pesce Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico Contorno, Pane, Frutta	Minestra di verdure Pesce Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto in bianco Uova Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto in bianco Legumi Contorno, Pane, Frutta

**4.6 - MENÙ PER ASILO NIDO (bambini 12-36 mesi) ARTICOLATO SU 12 SETTIMANE**

**MENÙ PRIMAVERA-ESTATE 1° settimana**

**Spuntino ore 10**

Frutta fresca di stagione

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(2) Pasta al pomodoro	(8) Risotto con verdure	(*)Antipasto di verdure	(25) Gnocchi al pomodoro	(21) Pasta e ceci/insalata di pasta e ceci
(30)Frittata al forno	(40)Pesce al pomodoro	(2) Pasta al pomodoro	(*) Formaggio morbido	(39)Polpette di vitello
(*) Verdura cotta	(*)Verdura cruda	(47)Insalata di pollo e ortaggi lessi	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

**Spuntino ore 16**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e olio/olio e pomodoro	Schiacciata al rosmarino	Yogurt bianco + frutta	Pane e olio	Plum cake/ gelato

**CONSIGLI PER LA CENA**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Piatto unico con legumi Contorno, Pane e Frutta	Purea di patate Polpette al sugo Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico con pesce Contorno, Pane e Frutta	Primo piatto con verdure Salumi Contorno, pane e frutta	Pizza Contorno, Frutta

## MENÙ PRIMAVERA-ESTATE 2° settimana

### Spuntino ore 10

Frutta fresca di stagione

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(21) Insalata di legumi misti e orzo	(2) Pasta al pomodoro	(1) Pasta con piselli in bianco	(17) Pastina con verdura	(20) Risotto al pomodoro
(50) Petto di pollo al limone	(51) Sformato di verdura	(55) Pesce lesso all'agro	(39) Polpette di vitello al pomodoro	(*) Ricotta fresca
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

### Spuntino ore 16

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Yogurt bianco e frutta	Pane e prosciutto cotto	Dolce tipo casalingo	Pane e marmellata	Pane e olio

### CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto al pomodoro Pesce Contorno, Pane, Frutta	Patate arrosto Carne bianca, Contorno, Pane Frutta	Primo piatto con verdura formaggio, Contorno, Pane, Frutta oppure Pizza, contorno, frutta	Primo piatto al pomodoro Salumi Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto in bianco Uovo Contorno, Pane, Frutta

**MENÙ PRIMAVERA-ESTATE 3° settimana**

**Spuntino ore 10**

Frutta fresca di stagione

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(2) Pasta al pomodoro aromatico	(26) Crema di verdure e legumi con crostini di pane	(14) Pasta in bianco con lenticchie decorticate/fave	(18) Riso con porri e verdure	(29) Gnocchi olio e salvia
(55) Pesce alla mugnaia	(37) Straccetti di vitello	(38) Frittata al forno con verdura	(*) Caciotta fresca	(48) Petto di pollo in pizzaiola
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

**Spuntino ore 16**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e olio	Schiacciata con olive	Yogurt alla frutta + biscotti	Pane e olio	Yogurt bianco + Frutta/ gelato

**CONSIGLI PER LA CENA**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Minestra di verdure salumi Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro Formaggio, Contorno, Pane, Frutta	Pizza Contorno, Frutta	Primo piatto con verdure Pesce/Carne bianca Contorno, Pane Frutta	Piatto unico con legumi Contorno, Pane, Frutta

## MENÙ PRIMAVERA-ESTATE 4° settimana

### Spuntino ore 10

Frutta fresca di stagione

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(21) Insalata di riso con legumi misti e ortaggi	(6) Pasta con verdure	(5) Riso olio e grana	(1) Pasta con piselli in bianco	(2) Pasta al pomodoro
(*) Mozzarelline	(39) Polpette di vitello al pomodoro	(31) Pesce al forno gratinato	(*) Prosciutto cotto	(50) Bocconcini di pollo agli aromi
(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

### Spuntino ore 16 a scuola

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e olio/pomodoro	Schiacciata con uvetta	Pizza al pomodoro	Yogurt bianco + frutta	Pane e olio

### CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto al pomodoro Pesce Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto (minestra) di verdure Uovo Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdure Carne bianca Contorno Pane, Frutta	Primo piatto in bianco Legumi Pane, Frutta

**MENÙ PRIMAVERA-ESTATE 5° settimana**

**Spuntino ore 10**

Frutta fresca di stagione

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(5) Orzo e riso al parmigiano	(6) Pasta con zucchine	(20) Farro al pomodoro	(25) Gnocchi pomodoro	(21) Insalata di pasta con cannellini
(39) Polpetta al pomodoro	(30) Frittata	(32) Spezzatino di tacchino	(55) Pesce bollito all'agro	Formaggio(*) e ortaggi(*)
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	
(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Macedonia

**Spuntino ore 16 a scuola**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e prosciutto cotto	Yogurt alla frutta + cereali non glassati	Schiacciata con cipolle	Pane e marmellata	Yogurt + frutta

**CONSIGLI PER LA CENA**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Piatto unico Contorno, Pane, Frutta	Minestra di verdure legumi Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto in bianco Salumi Pane, Contorno, Frutta	Primo piatto con verdure Carne rossa Contorno, Pane, Frutta	Patate arrosto Pesce Contorno, Frutta

## MENÙ PRIMAVERA-ESTATE 6° settimana

### Spuntino ore 10

Frutta fresca di stagione

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(8) Risotto con verdure	(*)Antipasto di verdura	(2)Pasta al pomodoro aromatico	(5)Pasta olio e grana	(1) Pasta con piselli in bianco
(*)Mozzarella		(40)Filetti di Pesce in umido	(35)Arista al latte	(51)Sformato con prosciutto cotto e verdura
(*) Verdura cruda	(47)Quadratini di bollito con ceci e ortaggi	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cruda	
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

### Spuntino ore 16

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e olio/olio e pomodoro	Schiacciata al rosmarino	Yogurt bianco +Frutta	Plum cake / gelato	Pane e olio

### CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto in bianco Pesce Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto (minestra) con verdura Formaggio Contorno, Pane, Frutta	Insalata di cereali Carne rossa Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico Contorno, Pane, Frutta

**MENÙ PRIMAVERA-ESTATE 7° settimana**

**Spuntino ore 10**

Frutta fresca di stagione

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(2) Pasta alla marinara	(34) Crema di borlotti con crostini di Pane	(6) Pasta al ragù vegetale	(14) Risotto con fave e piselli	(25) Gnocchi al pomodoro
(55) Pesce bollito all'olio aromatico	(*) Caciotta fresca umbra	(39) Polpette di manzo	(50) Petto di tacchino ai ferri	(*) Prosciutto cotto
(*) Verdura cotta	(*) Panzanella	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale		(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

**Spuntino ore 16**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Yogurt bianco e frutta	Pane e prosciutto	Dolce tipo casalingo	Cake al formaggio	Pane e olio

**CONSIGLI PER LA CENA**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Minestra di verdure Uova Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro Pesce Contorno, Pane, Frutta	Pizza Contorno, Frutta	Primo piatto con verdure Pesce Contorno, Pane, Frutta	Insalata di cereali/ Crostini misti Contorno, Pane, Frutta

## MENÙ PRIMAVERA-ESTATE 8° settimana

### Spuntino ore 10

Frutta fresca di stagione

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(53) Insalata di riso ed orzo al pomodoro fresco e mozzarelline	(2) Pasta al pomodoro aromatico	(28) Minestrone di verdure e legumi	(23) Pasta al tonno	(5) Risotto olio e parmigiano
	(44) Crocchette di pollo al forno	(38) Frittata al forno con fiori di zucca o zucchine	(40) Pesce al pomodoro	(50) Carne al limone
(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Macedonia di frutta	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

### Spuntino ore 16

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e olio	Schiacciata con olive	Yogurt alla frutta + biscotti secchi	Pane e olio	Frutta con gelato

### CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Minestra di verdure Carne rossa Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto in bianco Pesce, Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico Contorno, Pane, Frutta	Pizza Contorno, Frutta	Primo piatto al pomodoro Legumi Contorno Pane e Frutta

**MENÙ PRIMAVERA-ESTATE 9° settimana**

**Spuntino ore 10**

Frutta fresca di stagione

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(2) Tagliatelle al pomodoro /pomodoro fresco	(11) Pasta al pesto	(14)Riso e lenticchie decorticate	(2)Pasta al pomodoro	(5) Risotto in bianco
(*)Prosciutto crudo	(50) Scaloppa di maiale	(49)Crostino al formaggio	(31)Pesce gratinato	(44)Petto di pollo panato al forno
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

**Spuntino ore 16 a scuola**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e olio/pomodoro	Schiacciata con uvetta	Pane e marmellata	Yogurt bianco + frutta	Pane e olio

**CONSIGLI PER LA CENA**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto (minestra) di verdure Pesce Contorno, Pane, Frutta	Frittata di verdure e patate Contorno crudo, Pane, Frutta	Piatto unico con legumi Contorno, Pane e Frutta	Primo piatto al pomodoro Carne bianca Contorno, Pane, Frutta	Pizza al piatto Frutta

## MENÙ PRIMAVERA-ESTATE 10° settimana

### Spuntino ore 10

Frutta fresca di stagione

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(8)Riso con verdure	(2) Pasta al pomodoro	(13)Riso al sugo di fagioli	(6) Pasta con verdure	(17)Minestra zucchine e maggiorana
(35)Arista al latte	(50)Bocconcini di pollo	(*)Ricotta	(43)Crocchette di pesce	(39)Polpettone
(*) Verdura cotta	(*)Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

### Spuntino ore 16 a scuola

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e prosciutto cotto	Yogurt alla frutta + biscotti	Schiacciata con cipolle	Pane e marmellata	Pane e olio

### CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto al pomodoro Formaggio Contorno, Pane, Frutta	Patate Pesce Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto al pesto carne rossa Verdura, Pane Frutta	Piatto unico (pasta ripiena) Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro Pesce Contorno, Pane, Frutta

**MENÙ PRIMAVERA-ESTATE 11° settimana**

**Spuntino ore 10**

Frutta fresca di stagione

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(6) Pasta con verdure	(20) Riso al pomodoro/riso al pomodoro fresco	(28) Minestra di verdure e legumi	(2) Pasta pomodoro e aromi	(1) Orzo con piselli
(31) Pesce gratinato	(30) Rotolo di frittata	(52) Saltimbocca di vitello	(55) Pesce lesso all'agro	(42) Arrosto di tacchino
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

**Spuntino ore 16**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e pomodoro	Pizza rosmarino	Yogurt bianco + Frutta	Dolce casalingo	Pane e olio

**CONSIGLI PER LA CENA**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto in bianco Salumi Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico con legumi Contorno, Pane, Frutta	Patate lesse al prezzemolo Formaggio fresco Contorno, Pane, Frutta	Pizza Contorno, Frutta	Primo piatto al pomodoro pesce Contorno, Pane, Frutta

## MENÙ PRIMAVERA-ESTATE 12° settimana

### Spuntino ore 10

Frutta fresca di stagione

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(1) Orzo e piselli	(6) Pasta con verdure	(13) Pasta al sugo di pomodoro e legumi	(20) Risotto al pomodoro	(*) Antipasto di verdure
(*) Mozzarelline	(50) Piccatina di pollo		(31) Pesce gratinato	(5) Pasta olio e zafferano
(*) Verdura cruda (pomodori)	(*) Verdura cotta	(*) Verdura gratinata	(*) Verdura cotta	(39) Polpettine di vitello agli aromi
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

### Spuntino ore 16

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Yogurt bianco e Frutta	Pane e prosciutto	Dolce tipo casalingo	Schiacciata alle Olive	Pane e olio

### CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Minestra di legumi Carne bianca Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdure Salumi Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto in bianco Uovo Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdure Pesce Contorno, Pane, Frutta

**4.9 - MENÙ MATERNA, ELEMENTARE E MEDIA ARTICOLATO SU 12 SETTIMANE**

**MENÙ AUTUNNO – INVERNO 1° settimana**

**Spuntino ore 10**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e olio	Schiacciata rosmarino	Yogurt alla frutta + fette biscottate	Dolce artigianale	Pane e olio

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(1) Risotto bianco con piselli	(24 ) Polenta al pomodoro	(3) Crema di verdure e orzo	(4) Gnocchi al ragù	(2) Pasta al pomodoro
(38) Frittata alle verdure	(33) Polpette di ricotta e spinaci	(32) Spezzatino di tacchino	(41) Insalata di ceci	(31) Pesce al forno
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta cotta	(*) Frutta fresca

**CONSIGLI PER LA CENA**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto al pomodoro pesce Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico con legumi Contorno, Pane, Frutta	Pizza Contorno e Frutta	Primo piatto con verdure Formaggio Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdura (Minestra) Carne bianca Contorno, Pane, Frutta

## MENÙ AUTUNNO – INVERNO 2° settimana

### Spuntino ore 10

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e olio	Dolce artigianale	Pane e prosciutto	Yogurt bianco e frutta	Pane e olio

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(18)Risotto ai porri con verdura	(16)Crema di fagioli con pastina	(2)Pasta al pomodoro	(26)Passato di verdure con crostini di Pane	(58)Pasta olio e zafferano
(*)Prosciutto umbro IGP	(46)Cosce di pollo arrosto	(31)Platessa al forno	(42)Arista al forno	(30) Frittata ai formaggi
(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Piselli in bianco	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale	(*) Pane comune		(*) Pane integrale	(*) Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

### CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Piatto unico con pesce Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro Uova Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdura(minestra) Formaggio Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico con legumi Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdura(minestra) Carne bianca Contorno, Pane, Frutta

**MENÙ AUTUNNO – INVERNO 3° settimana**

**Spuntino ore 10**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Frutta e yogurt bianco	Pane e olio	Schiacciata con noci	Dolce artigianale	Pane e prosciutto

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(28) Minestrone di verdure e legumi	(10) Tortellini in brodo vegetale	(2) Pasta al pomodoro	(5) Risotto alla parmigiana	(*) Antipasto di verdure
(35) Roast beef maiale	(49) Crostino al formaggio	(36) Seppie gratinate	(37) Bocconcini di pollo all'olio aromatico	(5) Pasta olio e grana
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Piselli in bianco	(*) Verdura cotta	(38) Frittata con verdure al forno
(*) Pane integrale	(*) Pane comune		(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

**CONSIGLI PER LA CENA**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto al pomodoro Salumi Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdure Carne bianca Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto (minestra) Uova Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto al pesto Pesce Contorno, Pane, Frutta

## MENÙ AUTUNNO – INVERNO 4° settimana

### Spuntino ore 10

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e olio	Pane e marmellata	Yogurt bianco e frutta	Tortina al formaggio	Dolce artigianale

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(8) Risotto con spinaci	(27) Minestra con patate e finocchi	(2) Pasta al pomodoro	(26) Crema di verdure con crostini di Pane	(14) Risotto con Lenticchie decorticate
(50) Petto di pollo al limone	(*) Mozzarella o Formaggio fresco	(43) Crocchette di pesce o Pesce panato	(48) Fettina in Pizzaiola	(30) Frittata al forno
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta cotta	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

### CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto in bianco Pesce Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro Legumi Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdure (Minestra) Salumi Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro Formaggio Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdure Carne bianca Contorno, Pane, Frutta

**MENÙ AUTUNNO – INVERNO 5° settimana**

**Spuntino ore 10**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e olio	Schiacciata con cipolla	Yogurt alla frutta + fette biscottate	Dolce tipo casalingo	Pane e olio

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(6) Pasta con verdure e pomodoro	(34) Vellutata di ceci	(6) Pasta con verdure	(17) Passato di verdure con riso	(5) Riso in bianco
(*) Prosciutto cotto	(44) Crocchette di pollo al forno	(30) Frittata al forno	(32) Spezzatino di tacchino	(40) Pesce al pomodoro
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

**CONSIGLI PER LA CENA**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto con verdura (Minestra) Uova Contorno, Pane, Frutta	Pasta al pomodoro Formaggio Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico con Pesce Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico con legumi Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdura Carne bianca Contorno, Pane, Frutta

## MENÙ AUTUNNO – INVERNO 6° settimana

### Spuntino ore 10

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane olio	schiacciata rosmarino	Yogurt bianco + frutta	Pane e marmellata	Pane e olio/ Pane e noci

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(28) Passato di verdure e legumi con riso	(6) Pasta con verdure al pomodoro	(1) Orzo con piselli	(10) Pastina in brodo di carne	(*) Antipasto di verdura
(31) Pesce al forno	(35) Arista al latte al forno	(38) Frittata al forno con spinaci	(37) Fettine di bollito con olio e aceto balsamico	(24) Polenta al pomodoro
(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Formaggio fresco
(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta cotta	(*) Frutta fresca

### CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto al pomodoro Uovo Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto in bianco Legumi Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdure Pesce Contorno, Pane, Frutta	Pizza Contorno, Frutta	Primo piatto con verdure (minestra) Carne bianca Contorno, Pane, Frutta

**MENÙ AUTUNNO – INVERNO 7° settimana**

**Spuntino ore 10**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e olio	Dolce artigianale	Cake al formaggio	Pane e olio	Pane e prosciutto

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(8)Risotto con asparagi	(2) Pasta al pomodoro	(17)Passato di verdure con farro	(34)Zuppa di lenticchie con crostini di Pane	(5)Pasta all'olio
(35)Roast beef maiale al latte	(31) Pesce al forno con patate(*)	(50) Petto di pollo alla salvia	(38)Frittata al forno con verdure	(*)Formaggio fresco
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane comune		(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta cotta	(*) Frutta fresca

**CONSIGLI PER LA CENA**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Piatto unico con legumi Contorno,Pane, Frutta	Primo piatto con verdura (Minestra) Formaggio Contorno,Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro salumi Contorno,Pane, Frutta	Primo piatto in bianco Carne bianca Contorno,Pane, Frutta	Primo piatto (minestra) con verdure Pesce Contorno,Pane, Frutta

## MENÙ AUTUNNO – INVERNO 8° settimana

### Spuntino ore 10

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Frutta e yogurt bianco	Pane e olio	Schiacciata con noci	Dolce artigianale	Pane e prosciutto crudo

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(11) Pasta al pesto	(4) Gnocchi al pomodoro	(20) Risotto al pomodoro	(7) Minestra di legumi passati e orzo	(6) Pasta con verdure
(32) Rollè di tacchino con crema di carote	(*) Formaggio fresco	(36) Seppie gratinate	(48) Fettina alla pizzaiola	(38) Frittata con piselli
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda
(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

### CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto al pomodoro Pesce Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico con legumi Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdure (minestra) salumi Contorno, Pane, Frutta	Pizza Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto in bianco Pesce Contorno, Pane, Frutta

**MENÙ AUTUNNO – INVERNO 9° settimana**

**Spuntino ore 10**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e olio	Pane e marmellata	Yogurt frutta + fetta biscottata	Tortina al formaggio	Dolce artigianale

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(27) Crema di piselli e patate con riso	(6) Pasta alle verdure e pomodoro	(17) Minestrone in brodo vegetale	(24) Polenta al pomodoro	(*) Antipasto di verdura
(32) Bocconcini di tacchino	(55) Pesce all'agro	(*) Parmigiano Reggiano	(50) Scaloppina di arista al limone	(58) Risotto allo zafferano
(*) Verdura cotta	Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cotta	(*) Prosciutto cotto
(*) ½ Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta cotta	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

**CONSIGLI PER LA CENA**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto con verdure Formaggio Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico con legumi Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto pomodoro Pesce Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdura Uovo Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto in bianco Carne bianca Contorno, Pane, Frutta

## MENÙ AUTUNNO – INVERNO 10° settimana

### Spuntino ore 10

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e olio	Schiacciata con cipolla	Yogurt bianco+Frutta	Dolce tipo casalingo	Pane e olio

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(23)Pasta al ragù	(10)Minestra in brodo di carne	(14)Risotto con lenticchie decorticate	(2)Pasta alla marinara	(3) Crema di verdure e orzo
(51)Sformato di verdura	(37)Bollito all'agro	(*)Prosciutto crudo IGP	(31)Pesce al forno	(*)Stracchino
	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune
(*)Frutta fresca	(*)Frutta fresca	(*)Frutta fresca	(*)Frutta fresca	(*)Frutta fresca

### CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto in bianco Legumi Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdure Formaggio Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro Carne bianca Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdure Pesce Contorno, Pane, Frutta

**MENÙ AUTUNNO – INVERNO 11° settimana**

**Spuntino ore 10**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e marmellata	Pizza	Dolce artigianale	Yogurt alla frutta + fette biscottate	Pane e olio

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDI	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(2)Pasta al pomodoro	(5)Risotto olio e parmigiano	(12) Crema di verdure	(13)Pasta in bianco con cannellini	(17)Passato di verdure con orzo perlato
(30)Frittata al formaggio	(32)Tacchino alle erbe	(55)Pesce alla mugnaia	(50)Bocconcini di pollo	(*)Prosciutto cotto
(*)Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*)Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda
(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

**CONSIGLI PER LA CENA**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto con verdure(Minestra) Carne bianca Contorno,Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro Salumi Contorno,Pane, Frutta	Pizza Contorno, Frutta	Primo piatto con verdure (minestra) Pesce Contorno,Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro Legumi Contorno,Pane, Frutta

## MENÙ AUTUNNO – INVERNO 12° settimana

### Spuntino ore 10

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e olio	Dolce artigianale	Pane e ricotta	Yogurt bianco e Frutta	Pane e olio

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(8)Risotto all'ortolana	(16)Quadrucci e ceci	(6)Pasta al ragù vegetale	(17) Passato di verdure con orzo	(57)Ravioli ricotta e spinaci al pomodoro
(38)Frittata di porri/cipolle	(*)Prosciutto cotto	(50) Bocconcini di pollo	(31)Pesce al forno	(37)Straccetti di tacchino
(*)Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cruda
(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

### CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
primo piatto al pomodoro Pesce Contorno, Pane, Frutta	Sformato di patate e Formaggio Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico con legumi Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdura Uova Contorno, Pane, Frutta	Pizza Contorno

**4.10 - MENÙ MATERNA, ELEMENTARE E MEDIA ARTICOLATO SU 12 SETTIMANE**

**MENU' PRIMAVERA-ESTATE 1° SETTIMANA**

**Spuntino ore 10**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e olio/olio e pomodoro	Schiacciata al rosmarino	Yogurt bianco+Frutta	Pane e olio	Plum cake

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(8) Orzotto con verdure	(23) Pasta al tonno	(*)Antipasto di verdure	(57) Gnocchi al pomodoro	(16) Pasta e ceci
(30) Frittata al forno	(40) Pesce al pomodoro	(20) Riso al pomodoro	(*) Mozzarella	(52) Saltimbocca di maiale
(*) Verdura cotta	(*)Verdura cruda	(47) Insalata di pollo e ortaggi lessi	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane comune	(*Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

**CONSIGLI PER LA CENA**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto con verdura Legumi, Contorno Pane e Frutta	Purea di patate Carne bianca Contorno, Pane, Frutta	Minestra vegetale Pesce Contorno, Pane e Frutta	Insalata di cereali Contorno, Pane Frutta	Pizza Contorno e Frutta

## MENU' PRIMAVERA-ESTATE 2° SETTIMANA

### Spuntino ore 10

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Yogurt bianco e Frutta	Pane e prosciutto	Dolce tipo casalingo	Cake al formaggio	Pane e olio

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
(21) Insalata di legumi misti e orzo	(2) Pasta al pomodoro	(1) Pasta con piselli in bianco	(17) Minestra con verdura e pastina	(20) Risotto al pomodoro
(51) Sformato di verdura	(50) Petto di pollo al limone	(55) Pesce lesso all'agro	(39) Polpette di vitello al pomodoro	(*) Ricotta fresca
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda o panzanella
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune (no con panzanella)
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

### CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto al pomodoro Carne bianca Contorno, Pane, Frutta	Patate arrosto Pesce Contorno, Pane Frutta	Primo piatto con verdure (minestra) formaggio, Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro Salumi Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico Contorno, Pane, Frutta

**MENU' PRIMAVERA-ESTATE 3° SETTIMANA**

**Spuntino ore 10**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e olio	Schiacciata con olive	Yogurt alla frutta + biscotti	Pane e olio	Pane e marmellata

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
(2) Pasta al pomodoro aromatico	(26) Crema di verdure e legumi con crostini di pane	(13) Pasta in bianco con lenticchie decorticate	(8) Riso con verdure	(29) Gnocchi olio e salvia
(55) Pesce alla mugnaia	(37) Straccetti di manzo	(38) Frittata al forno con verdura	(*) Caciotta fresca	(48) Petto di pollo in pizzaiola
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

**CONSIGLI PER LA CENA**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto con verdure (minestra) Salumi Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto in bianco Formaggio, verdura, Pane, Frutta	Primo piatto al a pomodoro Carne bianca Verdura, ,Pane/no Pane Frutta	Pizza Contorno, Frutta	Primo piatto con verdure (minestra) Pesce, Contorno, Pane, Frutta

## MENU' PRIMAVERA-ESTATE 4° SETTIMANA

### Spuntino ore 10

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e olio/pomodoro	Schiacciata con uvetta	Pizza	Yogurt bianco + Frutta	Pane e olio

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
(21) Insalata di riso con legumi misti e ortaggi	(6) Pasta con verdure	(5)Risotto alla parmigiana	(1) Pasta con piselli in bianco	(2) Pasta al pomodoro
(*)Mozzarelline	(39) Polpette di vitello al pomodoro	(31)Pesce al forno croccante	(*)Prosciutto cotto AQ	(50)Bocconcini di pollo agli aromi
(*) Verdura cruda	Verdura cotta	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

### CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto in bianco legumi Pesce Pane,Frutta	Primo piatto al pomodoro Uovo Contorno ,Pane, Frutta	Primo piatto con verdure(minestra ) Formaggio Contorno,Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro pesce Contorno Pane, Frutta	Primo piatto all'uovo con verdure Salumi Contorno,Pane, Frutta

**MENU' PRIMAVERA-ESTATE 5° SETTIMANA**

**Spuntino ore 10**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e prosciutto	Yogurt alla frutta+ biscotti	Schiacciata con cipolle	Frutta+ Pane e marmellata	Pane e olio

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(5) Orzo e riso al parmigiano	(6) Pasta con zucchine	(20) Farro al pomodoro	(57) Gnocchi al pomodoro	(13) Pasta con cannellini in bianco
(48) Fettina al pomodoro	(38) Frittata con verdura o con fiori di zucca	(32) Spezzatino di tacchino	(55) Pesce bollito all'agro	(*) Formaggio fresco
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

**CONSIGLI PER LA CENA**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto con verdure Pesce Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdure Salumi Pane, Contorno, Frutta	Pizza Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro Pesce Contorno, Pane, Frutta

## MENU' PRIMAVERA-ESTATE 6° SETTIMANA

### Spuntino ore 10

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e olio/olio e pomodoro	Schiacciata al rosmarino	Yogurt bianco+Frutta	Plum cake	Pane e olio

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(8) Risotto con zucca	(*)Antipasto di verdura	(57) Ravioli al pomodoro	(1) Pasta con piselli in bianco	(2)Pasta al pomodoro
(*)Mozzarella	(19) Insalata di farro	(51) Sformato di verdura	(35)Arista al latte	(40)Filetti di Pesce al pomodoro
(*) Verdura cruda	(47)Quadratini di pollo con ceci e ortaggi all'aceto balsamico		(*) Verdura cruda	(*) Ortaggi e patate bolliti
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) ½ Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

### CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto al pomodoro Carne bianca Contorno,Pane, Frutta	Primo piatto con verdure Formaggio Contorno,Pane, Frutta	Piatto unico con Pesce Contorno,Pane, Frutta	Primo piatto con verdure Uova Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico Contorno, Pane, Frutta

**MENU' PRIMAVERA-ESTATE 7° SETTIMANA**

**Spuntino ore 10**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Yogurt bianco e Frutta	Pane e prosciutto	Dolce tipo casalingo	Cake al formaggio	Pane e olio

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
(23) Pasta al tonno	(34) Crema di borlotti con crostini di Pane	(6) Pasta con verdure	(14) Risotto con fave e piselli	(57) Gnocchi al sugo
(55) Pesce bollito all'olio aromatico	(38) Frittata con verdure	(48) Fettina in pizzaiola	(50) Petto di tacchino ai ferri	(*) Prosciutto cotto
(*) Verdura cotta	(*) Panzanella	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cotta
(*) Pane comune		(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

**CONSIGLI PER LA CENA**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto con verdure (minestra) Carne rossa Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico con pasta ripiena Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro Legumi Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdure Uova Contorno, Pane, Frutta	Insalata di cereali Contorno, Pane, Frutta oppure: Primo piatto asciutto Pesce Contorno Pane, Frutta

## MENU' PRIMAVERA-ESTATE 8° SETTIMANA

### Spuntino ore 10

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e olio	Schiacciata con olive	Yogurt alla frutta + biscotti	Pane e olio	Yogurt bianco + Frutta/ gelato

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
(20) Riso ed orzo al pomodoro fresco	(2) Pasta al pomodoro aromatico	(28) Minestrone di verdure e legumi	(6) Pasta al ragù di verdure e pomodoro	(5) Risotto olio e parmigiano
(*) Mozzarella	(42) Carne al forno	(30) Frittata	(40) Pesce al pomodoro	(50) Piccatina di pollo
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

### CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto con verdure Carne rossa Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico con pesce, Contorno, Pane, Frutta	Pizza Contorno e frutta	Patate Salumi Contorno, Frutta	Primo piatto con verdure Legumi Contorno, Pane, Frutta

**MENÙ PRIMAVERA-ESTATE 9° SETTIMANA**

**Spuntino ore 10**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e olio/pomodoro	Schiacciata con uvetta	Pizza	Yogurt bianco + Frutta	Pane e olio

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(5) Risotto in bianco	(11) Pasta al pesto	(14) Riso e lenticchie decorticate	(23) Pasta fredda tonno e pomodoro	(19) Insalata di farro
(*) Prosciutto crudo e melone (**)	(46) Bocconcini di pollo arrosto	(49) Crostino al formaggio	(31) Pesce gratinato	(44) Scaloppa di maiale panata al forno
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) ½ Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(**) o frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

**CONSIGLI PER LA CENA**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto con verdura Pesce Contorno, Pane, Frutta	Insalata di cereali Contorno crudo, Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro Carne rossa Contorno, Pane Frutta	Piatto unico con pasta ripiena Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdure Salumi Contorno, Pane, Frutta

## MENÙ PRIMAVERA-ESTATE 10° SETTIMANA

SPUNTINO ORE 10

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e prosciutto	Yogurt alla frutta+ biscotti	Schiacciata con cipolle	Frutta+ Pane e marmellata	Pane e olio

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(8)Riso con verdure	(41)Fagioli al pomodoro	(2) Pasta al pomodoro	(6) Pasta con verdure	(17)Minestra zucchine e maggiorana
(35)Arista al latte	(43)Crocchette di pesce	(50)Bocconcini di pollo	(*)Ricotta	(39)Polpettone di carne e verdura
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cotta	(*)Verdura cruda	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

### CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto al pomodoro Formaggio Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdura Uova Verdura Frutta	Insalata di legumi Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro Tonno o pesce Contorno, Pane, Frutta	Pizza Contorno, Pane, Frutta

**MENÙ PRIMAVERA-ESTATE 11° SETTIMANA**

**Spuntino ore 10**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e pomodoro	Pizza	Yogurt bianco + Frutta	Plum cake	Pane e olio

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(6) Pasta con verdure	(20) Riso al pomodoro	(28) Minestra di verdure e legumi	(2) Pasta fredda con pomodorini e basilico	(8) Orzo con verdure
(31) Pesce gratinato	(30) Rotolo di frittata	(52) Saltimbocca di manzo	(55) Pesce lesso all'agro	(42) Arrosto di tacchino
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

**CONSIGLI PER LA CENA**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto al pomodoro Legumi, Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdure Carne bianca Contorno, Pane, Frutta	Patate lesse al prezzemolo Formaggio fresco spalmabile Contorno, Pane, Frutta	Pizza Contorno, Frutta	Piatto unico Contorno, Pane, Frutta

## MENÙ PRIMAVERA-ESTATE 12° SETTIMANA

### Spuntino ore 10

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Yogurt bianco e Frutta	Pane e prosciutto	Dolce tipo casalingo	Schiacciata alle olive	Pane e olio

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(1)Orzo e piselli	(2) Pasta al pomodoro	(*)Antipasto di verdure	(20) Risotto al pomodoro	(13)Insalata fredda di pasta pomodoro e legumi
(*)Mozzarelline o caprese	(50)Piccatina di pollo	(59)Insalata di tortellini radicchio e parmigiano in scaglie	(31)Pesce gratinato	(52)Involtini di tacchino
(*)Verdura cruda (pomodori)	(*)Verdura cotta		(*)Verdura cotta	(*)Verdura gratinata
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

### CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto con verdure (minestra) Carne rossa Contorno,Pane, Frutta	Primo piatto in bianco Pesce Contorno,Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro Salumi Contorno,Pane, Frutta	Insalata di cereali Contorno, Pane, Frutta	Pizza Contorno, Pane, Frutta