

TABELLA DIETETICA AUTUNNO INVERNO ANNO 2025- 2026 Comune di Cerro al Lambro – fraz. Riozzo
NON UTILIZZARE MATERIE PRIME E NON SOMMINISTRARE PREPARAZIONI CHE CONTENGONO : Carne di maiale

PREPARAZIONI IN GRASSETTO = SOSTITUZIONE RISPETTO AL DIETETICO STANDART

	<i>LUNEDI</i>	<i>MARTEDI</i>	<i>MERCOLEDI</i>	<i>GIOVEDI</i>	<i>VENERDI</i>
<i>1° SETTIMANA</i>	Pasta ragù di verdura Farinata di ceci Insalata mista Pane Frutta fresca	Risotto zafferano Primo sale Carote grattugiate Pane integrale Frutta fresca	Gnocchi al pesto rosso Fesa di tacchino in crema Finocchi gratinati Pane Frutta fresca	Buffet di legumi Carote e finocchi <u>Pasta al pomodoro al forno</u> Piselli Pane comune Frutta fresca	Pasta integrale al pomodoro Sogliola impanata fagiolini Pane comune yogurt
<i>2° SETTIMANA</i>	Pasta aglio olio e prezzemolo Misto di formaggio Insalata mista Pane comune Frutta fresca	Riso al pomodoro Lenticchie in umido Carote gratinate Pane integrale Frutta fresca	Verdure in pinzimonio finocchi e carote Polenta e brasato Pane Frutta fresca	Crema di zucca con orzo Merluzzo gratinato Spinaci Pane comune Budino	Pasta allo zafferano Omelette al formaggio Cavolfiore gratinato Pane comune Frutta fresca
<i>3° SETTIMANA</i>	Pasta e ceci ½ porz. Mozzarella Carote julienne Pane comune Pane e marmellata	Pasta pasticciata besciamella e pomodoro Totani gratinati Misto forno Pane integrale Frutta fresca	Passato di verdura con farro Cosce di pollo al forno Patate in insalata Pane Frutta frutta	Buffet di legumi Cavolo cappuccio Pizza margherita Pane comune Frutta fresca	Risotto alla zucca Frittata con spinaci Fagiolini Pane Frutta fresca
<i>4° SETTIMANA</i>	Finocchi in pinzimonio Ravioli di magro all'olio Frittata con patate e rosmarino Pane comune Frutta fresca	Crema di carote con crostini Cotoletta di pollo fagiolini Pane integrale Frutta fresca	<u>Lasagna al pesto</u> ½ porz.mozzarella Insalata mista Pane comune Yogurt	Pasta integrale al pomodoro Sogliola impanata Broccoli a forno Pane comune Frutta fresca	Risotto alla parmigiana Crocchette di ceci e patate Carote julienne Pane comune Frutta fresca

NOTE: utilizzo di pane a basso contenuto di sodio; utilizzo di olio extra vergine
d'oliva e di sale iodato ;

Le grammature sono in linea con i documenti ATS Milano ; frutta di stagione a rotazione è di almeno 4 tipi diversi e la stessa viene spostata
come spuntino di metà mattina;