

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

PREPARAZIONI IN GRASSETTO = SOSTITUZIONE RISPETTO AL DIETETICO STANDART

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<i>1° SETTIMANA</i>	Pasta ragù di verdura Farinata Insalata mista Pane integrale Frutta fresca	Risotto zafferano <u>Pesce al limone</u> Carote grattugiate Pane integrale Frutta fresca	<u>Pasta all'olio</u> Fesa di tacchino in crema Finocchi gratinati Pane Frutta fresca	Buffet di Carote e finocchi <u>Pasta al ragù</u> Piselli Pane comune Frutta fresca	Pasta integrale al pomodoro e cavolfiore Sogliola impanata fagiolini Pane comune <u>Yogurt soia / mousse</u>
<i>2° SETTIMANA</i>	Pasta aglio olio e prezzemolo <u>Pesce al limone</u> Insalata mista Pane comune Frutta fresca	Riso al pomodoro Lenticchie in umido Carote gratinate Pane integrale Frutta fresca	Verdure in pinzimonio Solo finocchi e carote Polenta e brasato Pane integrale Frutta fresca	Crema di zucca con orzo Merluzzo gratinato Spinaci Pane comune <u>Budino soia</u>	Pasta allo zafferano <u>Omelette liscio</u> Cavolfiore gratinato Pane comune Frutta fresca
<i>3° SETTIMANA</i>	Pasta e ceci <u>Formaggio di soia</u> Carote julienne Pane comune Pane e marmellata	<u>Pasta al pomodoro</u> Totani gratinati Misto forno Pane integrale Frutta fresca	Passato di verdura con farro Cosce di pollo al forno Patate in insalata Pane comune Frutta fresca	Buffet di legumi Cavolo cappuccio <u>Pizza rossa</u> <u>Tonno</u> Pane comune Frutta fresca	Risotto alla zucca <u>Frittata con spinaci</u> <u>liscia</u> Fagiolini Pane Frutta fresca
<i>4° SETTIMANA</i>	Finocchi in pinzimonio <u>Pasta all'olio</u> <u>Frittata con patate e rosmarino liscia</u> Pane comune Frutta fresca	Crema di carote con crostini Cotoletta di pollo fagiolini Pane integrale Frutta fresca	<u>Pasta al ragù</u> <u>Tonno</u> Insalata mista Pane comune <u>Yogurt soia /mousse</u>	Pasta integrale al pomodoro Sogliola impanata Broccoli a forno Pane comune Frutta fresca	Risotto alla parmigiana <u>Crocchette di ceci e patate</u> Insalata Pane comune Frutta fresca

NOTE: utilizzo di pane a basso contenuto di sodo; 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;

Piatto Cristiana