

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

PREPARAZIONI IN GRASSETTO = SOSTITUZIONE RISPETTO AL DIETETICO STANDART

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA	Pasta ragù di verdura Farinata di ceci Insalata mista Pane integrale Frutta fresca	Risotto zafferano Primo sale Carote grattugiate Pane integrale Frutta fresca	Gnocchi al pomodoro rosso Pesce al limone Finocchi gratinati Pane Frutta fresca	Buffet Carote e finocchi Pasta al pomodoro al forno Piselli Pane comune Frutta fresca	Pasta integrale al pomodoro e cavolfiore Sogliola impanata fagiolini Pane comune yogurt
2 ° SETTIMANA	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 formaggio 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
3° SETTIMANA	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 Uovo sodo Patate in insalata Pane integrale Frutta fresca	Buffet di legumi Cavolo cappuccio Pizza margherita Pane comune Frutta fresca	Risotto alla zucca Frittata con spinaci Fagiolini Pane comune Frutta fresca
4° SETTIMANA	Finocchi in pinzimonio Ravioli di magro all'olio Frittata con patate e rosmarino Pane comune Frutta fresca	Crema di carote con crostini Pesce al limone fagiolini Pane integrale Frutta fresca	Lasagna al pesto ½ por. mozzarella Insalata mista Pane comune Yogurt	Pasta integrale al pomodoro Sogliola impanata Broccoli al forno Pane comune Frutta fresca	Risotto alla parmigiana Crocchette di ceci e patate zucchine 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