

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 al ragù di verdura Farinata di ceci Insalata mista Pane integrale Frutta fresca	Gnocchi al pesto <u>Legumi</u> Finocchi gratinati Pane integrale Frutta fresca	Risotto zafferano Tortino ricotta spinaci Carote grattugiate Pane Frutta fresca	Buffet di legumi Carote e finocchi <u>Pasta al pomodoro</u> <u>Al forno</u> Pane comune Frutta fresca	Pasta integrale al pomodoro <u>Uovo sodo</u> fagiolini Pane comune yogurt
<i>2° SETTIMANA</i>	Orzotto zucca e verdura Misto di formaggio Insalata mista Pane comune Frutta fresca	Riso al pomodoro Lenticchie in umido/polpette di lenticchie Carote gratinate Pane comune Frutta fresca	Verdure in pinzimonio Solo finocchi e carote Polenta e <u>formaggio</u> Pane integrale Frutta fresca	Pasta aglio olio e prezzemolo <u>Legumi</u> 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	Risotto alla zucca Frittata con spinaci Fagiolini Pane integrale Frutta fresca	Pasta pasticciata besciamella e pomodoro <u>Legumi</u> Misto forno Pane comune Frutta fresca	Buffet di legumi Cavolo cappuccio Pizza margherita Pane comune Frutta fresca	Passato di verdura con farro <u>Uovo sodo</u> Patate in insalata Pane comune Frutta fresca
<i>4° SETTIMANA</i>	Finocchi in pinzimonio Ravioli di magro all'olio Farinata di ceci Pane comune Frutta fresca	Crema di carote con crostini <u>Frittata</u> Fagiolini Pane integrale Frutta fresca	<u>Lasagna al pesto</u> ½ porz. Mozzarella Zucchine Pane comune Yogurt	Pasta integrale al pomodoro <u>Legumi</u> Broccoli al forno Pane comune Frutta fresca	Risotto alla parmigiana Uovo sodo 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;