

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 integrale Frutta fresca	Gnocchi al pesto Fesa di tacchino in crema 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 Sogliola impanata 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 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	Risotto alla zucca Frittata con spinaci Fagiolini Pane integrale Frutta fresca	Pasta pasticciata besciamella e pomodoro Polpette di pesce Misto forno Pane comune Frutta fresca	Buffet di legumi Cavolo cappuccio Pizza margherita Pane comune Frutta fresca	Passato di verdura con farro Cosce di pollo al forno 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 Cotoletta di pollo fagiolini Pane integrale Frutta fresca	<u>Lasagna al pesto</u> ½ porz. Mozzarella Zucchine Pane comune Yogurt	Pasta integrale al pomodoro Sogliola impanata Broccoli a 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;