

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
<i>1° SETTIMANA</i>	Pizza margherita con mozzarella Insalata mista Pane integrale Frutta fresca		Gnocchi al pesto rosso <u>Pesce al limone</u> Finocchi Pane Frutta fresca	Buffet di Carote e finocchi <u>Pasta al pomodoro al forno</u> Piselli Pane comune Frutta fresca	
<i>2 ° SETTIMANA</i>	Pasta aglio e olio Misto di formaggio Insalata mista Pane comune Frutta fresca		Verdure in pinzimonio Solo finocchi e carote <u>Polenta e formaggio</u> Pane integrale Frutta fresca	Crema di zucca con orzo Merluzzo gratinato Spinaci Pane comune Budino	
<i>3° SETTIMANA</i>	Pasta e ceci ½ porz. Mozzarella Carote julienne Pane comune Pane e marmellata		Passato di verdura Con farro <u>Uova sode</u> Patate in insalata Pane comune Frutta fresca	Buffet di legumi Carote e finocchi Pizza margherita Pane comune Frutta fresca	
<i>4° SETTIMANA</i>	Finocchi in pinzimonio Ravioli di magro all'olio Farinata di ceci Pane comune Frutta fresca		<u>Lasagna al pesto</u> ½ porz. Mozzarella Insalata mista Pane comune Yogurt	<u>Focaccia al formaggio</u> Broccoli al forno 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