

## ***MENU SETTIMANALE PRIMAVERA ESTATE***

### ***PRIMA SETTIMANA***

	<b><i>Pranzo</i></b>	<b><i>Cena</i></b>
Lunedì	Pasta con lenticchie; Primo piatto in bianco / pomodoro + Pollo ai peperoni + Insalata + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais	Pasta al pomodoro / in bianco; Vellutata zucca zucchine + Bresaola con scaglie di grana + Fagiolini al pomodoro e insalata + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais
Martedì	Insalata di pasta con pomodori, olive e piselli; Primo piatto in bianco / al pomodoro + Pesce impanato al forno + Zucchine trifolate e Insalata + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais	Riso integrale alla parmigiana; Minestra/ passato di verdure; Primo piatto al pomodoro / in bianco + Lombatina di vitello + Carciofi al vapore e insalata + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais
Mercoledì	Pasta al pomodoro fresco e speck; Primo piatto in bianco / al pomodoro + Roast beef + Verdure lesse e insalata + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais	Minestra di legumi; / Primo piatto in bianco / al pomodoro + Insalata di mare + Patate lesse e insalata + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais
Giovedì	Gnocchi con crema di peperoni; Primo piatto in bianco / al pomodoro + Scaloppina + Patate prezzemolate e insalata + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais	Minestra / Passato di verdure + Pizza e bruschette con pomodoro e mozzarella + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais

Venerdi	Pasta al tonno; Primo piatto in bianco / al pomodoro + Spiedini di pesce + Tris di verdure al vapore e insalata + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais	Cous cous di verdure; Minestrone di verdure + Involtini di pollo + Taccole al pomodoro e insalata + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais
Sabato	Ravioli; Primo piatto in bianco / al pomodoro + Bistecchina di maiale + Melanzane e insalata + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais	Insalata di pasta/in bianco; Minestra / vellutata di verdure + Insalata greca con feta / Caprese + Verdure grigliate e insalata + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais
Domenica	Gnocchi alla sorrentina + Lombatina di vitello ai ferri + Patate al forno e insalata + Dolce e Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais	Primo piatto in bianco / al pomodoro; Crema di piselli + Prosciutto e melone / bresaola con rucola e pomodorini + Insalata + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais

*\* ad ogni pasto a disposizione condimenti (olio extravergine di oliva, aceto, sale, peperoncino)*

## **SECONDA SETTIMANA**

	<b><i>Pranzo</i></b>	<b><i>Cena</i></b>
<b>Lunedì</b>	Pasta Amatriciana; Primo piatto in bianco / al pomodoro + Mozzarella/Stracchino + Patate e insalata + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais	Primo piatto in bianco / al pomodoro; Minestra di verdure + Hamburger di manzo + Insalata mista con mais + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais
<b>Martedì</b>	Pasta alla norma; Primo piatto in bianco / al pomodoro + Spinacine + Tris di verdure al forno e insalata + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais	Risotto agli asparagi; Primo piatto in bianco / al pomodoro; Minestra di verdure + Tonno / Mozzarella + Pomodori e insalata + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais
<b>Mercoledì</b>	Cous cous con verdure + Arrosto di vitello + Fagiolini e insalata + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais	Crema di ceci; Primo piatto in bianco / al pomodoro + Polpo con patate e olive + Insalata + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais
<b>Giovedì</b>	Pasta melanzane e olive ; Primo piatto in bianco / al pomodoro + Insalata di pollo + Zucchine trifolate e insalata + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais	Minestra di legumi / Passato di verdure + Pizza e bruschette con pomodoro e mozzarella + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais

Venerdi	Insalata di farro con fagiolini e piselli; Primo piatto in bianco / al pomodoro + Merluzzo alla siciliana + Patate al vapore e insalata + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais	Vellutata con verdure di stagione; Primo piatto in bianco / al pomodoro + Uova al pomodoro + Peperonata e insalata + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais
Sabato	Tortellini al pomodoro; Primo piatto in bianco / al pomodoro + Fusi di pollo arrosto + Carote alla julienne e insalata + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais	Insalata di riso; Primo piatto in bianco / al pomodoro + Formaggi misti + Agretti al vapore e insalata + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais
Domenica	Lasagne vegetariane; Primo piatto in bianco / al pomodoro + Roast beef + Patate al forno e insalata + Dolce; Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais	Pasta al pomodoro / in bianco; Passato di verdure + Zucchine ripiene / Prosciutto crudo + insalata + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais

*\* ad ogni pasto a disposizione condimenti (olio extravergine di oliva, aceto, sale, peperoncino)*

## **TERZA SETTIMANA**

	<b><i>Pranzo</i></b>	<b><i>Cena</i></b>
<b>Lunedì</b>	Insalata di riso con tonno e fagiolini ; Primo piatto in bianco / al pomodoro + Insalata di mare + Carote saltate e insalata + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais	Primo piatto in bianco / al pomodoro; Crema agli spinaci + Cuori di merluzzo capperi e pomodoro + Fagiolini bolliti e insalata + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais
<b>Martedì</b>	Pasta con prosciutto e piselli; Primo piatto in bianco / al pomodoro + Fesa di tacchino affettata + Agretti al vapore e insalata + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais	Pasta con lenticchie; Primo piatto in bianco / al pomodoro; Minestra di verdure + Lombatina di vitella + Verdure grigliate e insalata + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais
<b>Mercoledì</b>	Pasta al pomodoro e olive; Primo piatto in bianco / al pomodoro + Hamburger + Peperonata e insalata + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais	Insalata di riso integrale; Primo piatto in bianco / al pomodoro + Pesce con pomodoro e capperi + Zucchine al forno e insalata + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais
<b>Giovedì</b>	Risotto alle verdure; Primo piatto al pomodoro in bianco + Bocconcini di pollo + Insalata e pomodori + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais	Minestra di legumi / Passato di verdure + Pizza e bruschette con pomodoro e mozzarella + Frutta fresca + Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais

Venerdi	<p>Insalata di farro con pesto e pomodorini;  Primo piatto in bianco / al pomodoro  +  Caprese  +  Bastoncini di carote e insalata  +  Frutta fresca  +  Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais</p>	<p>Minestra di ceci; Primo piatto in bianco / al pomodoro  +  Omelette ricotta e spinaci  +  Finocchi crudi e insalata  +  Frutta fresca  +  Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais</p>
Sabato	<p>Pasta alla ricotta; Primo piatto in bianco / al pomodoro  +  Tacchino arrosto  +  Piselli e insalata  +  Frutta fresca  +  Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais</p>	<p>Cous cous con verdure/ in bianco / al pomodoro; Passato di verdure  +  Torta salata  +  Patate prezzemolate e insalata  +  Frutta fresca  +  Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais</p>
Domenica	<p>Ravioli al burro/pomodoro; Primo piatto in bianco / al pomodoro  +  Grigliata di carne mista  +  Verdure al forno e insalata  +  Frutta fresca  +  Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais</p>	<p>Vellutata con crostini; Primo piatto in bianco / al pomodoro  +  Parmigiana di melanzane grigliate  +  Taccole al pomodoro e insalata  +  Frutta fresca  +  Pane bianco / integrale; Gallette di riso / mais</p>

*\* ad ogni pasto a disposizione condimenti (olio extravergine di oliva, aceto, sale, peperoncino)*