

**M E N U' A.S. 2021/22****ESTIVO**

|                   | 1° SETTIMANA   | 2° SETTIMANA   | 3° SETTIMANA   | 4° SETTIMANA   | 5° SETTIMANA   |
|-------------------|--|--|--|--|--|
| <b>LUNEDI'</b>    | riso (60g) e piselli (40g)<br>grana (40g)<br>carote (40g)<br>Olio d'oliva extravergine (5 g)<br>Pane                             | Riso(60g) con zucchine (30g)<br>Caprese (moz.50g)pomodoro(70g)<br>(pomodoro, mozzarella e basilico)<br>Olio d'oliva extravergine (5 g)<br>Pane | minestrone di verdura (50g)conpasta(40g)<br>prosciutto cotto (60g)<br>insalata (15g)<br>Olio d'oliva extravergine (5g)<br>Pane | Pasta al pomodoro (60g)<br>ricotta e basilico (40g)<br>carote crude ((40g)<br>Olio d'oliva extravergine (5 g)<br>Pane            | Pasta (60g) con verdure (30g)<br>Prosciutto (60g)<br>Finocchi (30g)<br>Olio d'oliva extravergine (5 g)<br>Pane       |
| <b>MARTEDI'</b>   | pasta (60g) al pomodoro<br>bocconcini di tacchino (60g)<br>zucchine (40g)<br>Olio d'oliva extravergine (5 g)<br>Pane             | Passato di verdure (50g)con crostini(15g)<br>crochette di merluzzo(60g)<br>carote(20g)<br>Olio d'oliva extravergine (5 g)<br>Pane              | orzotto (60g) con zucchine (30g)<br>asiago (60g)<br>carote (40g)<br>Olio d'oliva extravergine (5 g)<br>Pane                    | passato di verdura(50g)con crostini(15g)<br>bocconcini di manzo(60g)<br>Insalata(15g)<br>Olio d'oliva extravergine (5 g)<br>Pane | Minestrone(60g)con crostini (15g)<br>asiago (60g)<br>carote (20g)<br>Olio d'oliva extravergine (5 g)<br>Pane         |
| <b>MERCOLEDI'</b> | crema di verdure (50g) con farro (40g)<br>hallibuth al limone (60g)<br>Finocchi (30g)<br>Olio d'oliva extravergine (5 g)<br>Pane | lasagne all'uovo(60g)<br>con ragu' di manzo(40g)e verdure(30g)<br>insalata(20g)<br>Olio d'oliva extravergine (5 g)<br>Pane                     | pasta al pomodoro e basilico (60g)<br>fettine di tacchino(60g)<br>capuccio(40g)<br>Olio d'oliva extravergine (5 g)<br>Pane     | Gnocchi alla romana(100g)<br>hallibuth al forno(70g)<br>finocchio (40g)<br>Olio d'oliva extravergine (5 g)<br>Pane               | Pasta (60g) al pomodoro (30g)<br>Persico al fono (60g)<br>Insalagta (15g)<br>Olio d'oliva extravergine (5 g)<br>Pane |
| <b>GIOVEDI'</b>   | pasta all'olio (60g)<br>fettine vitellone (60g)<br>capuccio (40g)<br>Olio d'oliva extravergine (5 g)<br>Pane                     | crema di ceci (30g)con pasta(40g)<br>Scaloppine di pollo (60g)<br>fagiolini(60g)<br>Olio d'oliva extravergine (5 g)<br>Pane                    | crema di verdure (50g)con pasta (40g)<br>pizza margherita(150g)  | pasta all'olio (60g)<br>straccetti di pollo(60g)<br>con verdure (30g)<br>Olio d'oliva extravergine (5 g)<br>Pane                 | Couscous(60g)con pollo (50g)<br>e verdure (30g)<br>capuccio (20g)<br>Olio d'oliva extravergine (5 g)<br>Pane         |
| <b>VENERDI'</b>   | minestrone (50g) con pasta (40g)<br>Frittata al parmigiano (1 uovo)<br>insalata (20G)<br>Olio d'oliva extravergine (5 g)<br>Pane | Pasta al esto (60g)<br>Uova sode (1 uovo)<br>capuccio (45g)<br>Olio d'oliva extravergine (5 g)<br>Pane   | risotto alla parmigiana(60g)<br>filetto di nasello al vapore(60g)<br>fagiolini(60g)<br>Olio d'oliva extravergine (5 g)<br>Pane | minestrone(50g) con riso (40g)<br>uova sode (1 uovo)<br>pomodori(40g)<br>Olio d'oliva extravergine (5 g)<br>Pane                 | Riso (60g) e zucchine (30g)<br>uova sode (1)<br>Fagiolini (60g)<br>Olio d'oliva extravergine (5 g)<br>Pane           |

Spuntino: a metà mattina e a metà pomeriggio sono alternati: la frutta fresca, pane, biscotti secchi, yogurt.

I prodotti possono essere congelati e surgelati (hallibuth, persico, nasello, fagiolini, piselli, verdure per minestrone, spinaci, fagioli borlotti)