

I SETTIMANA

	COLAZIONE	PRANZO	MERENDA	CENA
lunedì	Caffè, latte, tea, cacao dolce, cereali, biscotti, Succhi di frutta, marmellata, miele e fette biscottate	Pasta al sugo di pomodoro, Robiola o formaggio fresco spalmabile <u>Mesi invernali:</u> FINOCCHI LESSI O ZUCCHINE TRIFOLATE <u>Mesi estivi:</u> *fagiolini lessati Frutta fresca	Banana bio	RISOTTO CON PISELLI (80 GR DI RISO) Tacchino, insalata: soncino, rossa e carote FRUTTA FRESCA
martedì	Caffè, latte, tea, cereali , cacao dolce, biscotti, succhi di frutta, marmellata e fette biscottate	PASTA CON FAGIOLI (80 GR DIO PASTA) 60 GR.DI PROSCIUTTO COTTO CON POMODORO Frutta fresca	PANE (60 gr) ED OLIO (BRUSCHETTE) 1 SACCHETTINO DI TARALLINI E 1 FRUTTO	Pasta alle melanzane (glutine) Arrosto di manzo al forno Verdure Torta semplice tipo margherita (latte, uova)
mercoledì	Caffè, latte, tea, cereali , cacao dolce, biscotti, succhi di frutta, marmellata e fette biscottate	80 gr di cous cous con zucca lessa, patate lesse, zucchine 1 piatto di ceci lessi, finocchi crudi e qualche oliva nera Frutta fresca	Yogurt	Minestrone di verdure con pasta e legumi (glutine) Parmigiano reggiano o grana padano (80 grammi) Dolce *della casa
giovedì	Caffè, latte, tea, cereali , cacao dolce, biscotti, succhi di frutta, marmellata e fette biscottate	Pasta (80gr) condita con zucchine e grana o con carciofi *Sformato di verdure <u>Mesi invernali:</u> finocchi in insalata <u>Mesi estivi:</u> pomodori in insalata Frutta fresca	Dolce	Spaghetti(glutine) alle vongole Filetto di Orata, dentice, persico, al forno con spinaci e carote novelle Frutta fresca
venerdì	Caffè, latte, tea, cereali , cacao dolce, biscotti, succhi di frutta, marmellata e fette biscottate	Minestra di verdura con orzo o pasta integrale SGOMBRO AL NATURALE (150 GR) INSALATA CON VALERIANA, LIMONE STRIZZATO, CAROTE CRUDE, OLIVE NERE Mousse di frutta	Pane e prosciutto	PASTA (80G) CON BROCCOLI E CURCUMA UOVA O FRITTATA DI ZUCCHINE insalata: soncino, rossa e carote, macedonia di frutta
Sabato	Caffè, latte, tea, cereali , cacao dolce, biscotti, succhi di frutta, marmellata e fette biscottate	Penne (glutine) al pomodoro Filetto di nasello/merluzzo (pesce) al forno/bollito Insalata mista		

N.B. ALIMENTI IN GRASSETTO CONTENGONO ALLERGENI

Le informazioni circa la presenza di sostanze o prodotti che provocano allergie o intolleranze sono disponibili rivolgendosi al personale di servizio che fornirà apposita documentazione.

*prodotto surgelato

II SETTIMANA

	COLAZIONE	PRANZO	MERENDA	CENA
lunedì	Caffè, latte, tea, cacao dolce, cereali, biscotti, Succhi di frutta, marmellata, miele e fette biscottate	<p>Mesi invernali: pasta all'olio extravergine di oliva</p> <p>Mesi estivi: pasta al sugo di pinoli ed erbe aromatiche</p> <p>CARNE DI VITELLO ALLA GRIGLIA CON LIMONE</p> <p>CARCIOFI O BIETOLA COTTA</p> <p>FRUTTA FRESCA</p>	FRUTTA DI STAGIONE	Pizza margherita (glutine) INSALATA MISTA CON LATTUGA, RADICCHIO, QUADRATINI DI PARMIGIANO (30GR) ANANAS FRESCO
martedì	Caffè, latte, tea, cereali, cacao dolce, biscotti, succhi di frutta, marmellata e fette biscottate	<p>*Ravioli di magro al sugo di pomodoro</p> <p>Mesi invernali: crocchette di *merluzzo al forno, *fagiolini saltati</p> <p>Mesi estivi: *merluzzo al verde con olive e capperi, pomodori in insalata</p> <p>Frutta fresca</p>	yogurt	ELLUTATA DI ZUCCA E CAOTE CON CROSTINI DI PANE E SCAGLIE DI GRANA Formaggio Asiago (latte) FRUTTA FRESCA
mercoledì	Caffè, latte, tea, cereali, cacao dolce, biscotti, succhi di frutta, marmellata e fette biscottate	<p>MINISTRONE DI VERDURE CON LEGUMI</p> <p>Mesi estivi: riso all'olio extravergine di oliva</p> <p>Bocconcini di pollo gratinati al forno</p> <p>Insalata mista</p> <p>Frutta fresca</p>	80 GR DI PANE CON OLIO O 1 SACCHETTINO DI TARALLI O 35 GR DI FRUTTA SECCA	SPAGHETTI CON POMODOORO E CAPPERI Pesce spada/merluzzo ai ferri Insalata cuori di lattuga e soncino ananas o kiwi
giovedì	Caffè, latte, tea, cereali, cacao dolce, biscotti, succhi di frutta, marmellata e fette biscottate	<p>RISO BASMATI CON LENTICCHIE AL POMODORO</p> <p>Polpettone di *fagiolini</p> <p>Mesi invernali: finocchi in insalata</p> <p>Mesi estivi: carote in insalata</p> <p>Frutta fresca</p>	SPREMUTA DI ARANCE E 1 SACCHETTO DI TARALLINI	Minestrone di verdure o vellutata di zucca con crostini (glutine) Bresaola con scaglie di grana (latte) e soncino Frutta fresca di stagione/fragole
venerdì	Caffè, latte, tea, cereali, cacao dolce, biscotti, succhi di frutta, marmellata e fette biscottate	<p>* LASAGNE VEGETALI CON RADICCHIO ROSSO O ZUCCHINE</p> <p>60 GR DI PROSCIUTTO COTTO</p> <p>Mesi invernali: carote alle erbe aromatiche</p> <p>Mesi estivi: zucchine trifolate</p> <p>Frutta fresca</p>	Banana bio	Tortellini (glutine) in brodo SVIZZERA DI VITELLO (PANINO HAMBURGER CON POMODOO E INSALATA SENZA SALSE) Insalata: soncino, rucola, rossa di Chioggia Torta margherita o paradiso (latte e glutine)
Sabato	Caffè, latte, tea, cereali, cacao dolce, biscotti, succhi di frutta, marmellata e fette biscottate	<p>PASTA (80GR) AL POMODORO</p> <p>UOVA O FRITTATA DI ZUCCHINE</p> <p>Verdure grigliate(zucchine, melanzane)/verdura cotta</p> <p>Frutta di stagione</p>		

N.B. ALIMENTI IN GRASSETTO CONTENGONO ALLERGENI

Le informazioni circa la presenza di sostanze o prodotti che provocano allergie o intolleranze sono disponibili rivolgendosi al personale di servizio che fornirà apposita documentazione.

*prodotto surgelato

III SETTIMANA

	COLAZIONE	PRANZO	MERENDA	CENA
lunedì	Caffè, latte, tea, cacao dolce, cereali, biscotti, Succhi di frutta, marmellata, miele e fette biscottate	Minestra di verdure con orzetti MERLUZZO (NON BASTONICNI) *Piselli stufati Frutta fresca	35 GR DI FRUTTA SECCA O MELE COTTE	PASTA CON CAVOLFIOR E OLIVE NERE 60 GR DI PROSCIUTTO COTTO Pomodoro con finocchio FRUTTA FRESCA
martedì	Caffè, latte, tea, cereali, cacao dolce, biscotti, succhi di frutta, marmellata e fette biscottate	Pasta al sugo di pomodoro Polpette di vitellone CAROTE LESSE O STUFATE IN PENTOLA CON AGLIO E OLIO Frutta fresca	GR DI PANE CON 30 GR DI CIOCCOLATO FONDENTE IN PEZZI	ORZOTTO CON ZUCCA E PARMIGIANO Pesce al forno con mix di verdura cotta: bietole, zucchine, fagiolini Budino (latte)
mercoledì	Caffè, latte, tea, cereali, cacao dolce, biscotti, succhi di frutta, marmellata e fette biscottate	SPAGHETTI AGLIO, OLIO E PEPERONCINO <u>Mesi invernali:</u> stracchino, carote alle erbe aromatiche <u>Mesi estivi:</u> mozzarella di bufala Campana, pomodori in insalata <u>Frutta fresca</u>	Banana bio	Tortellini (glutine) in brodo PETTI DI POLLO AI FERRI CON ZUCCHINE TRIFOLATE Insalata: soncino, rucola, rossa di Chioggia Torta margherita o paradiso (latte e glutine)
giovedì	Caffè, latte, tea, cereali, cacao dolce, biscotti, succhi di frutta, marmellata e fette biscottate	Riso all'olio extravergine d'oliva FILETTI DI NASELLO O MERLUZZO AL FORNO O IN PADELLA CON LIMONE, VINO BIANCO, CAPPERI E OLIVE NERE <u>Mesi invernali:</u> PATATE LESSE <u>Mesi estivi:</u> insalata verde <u>Frutta fresca</u>	SORBETTO AL LIMONE	pasta con le acciughe Polpo, seppie (molluschi) bollito con patate e fagiolini Fragole o macedonia con gelato (latte) FRUTTA FRESCA
venerdì	Caffè, latte, tea, cereali, cacao dolce, biscotti, succhi di frutta, marmellata e fette biscottate	PASTA CON MELANZANE, POMODOO E RICOTTA A SCAGLIE Polpettine di legumi al forno ZUCCHINE TRIFOLATE Frutta fresca	SPREMUTA DI ARANCIA E POP CORN (POCO SALE)	Vellutata di verdure o zucca con crostini (glutine) Manzo magro ai ferri con soncino o verdura di stagione Torta dolce (glutine)
Sabato	Caffè, latte, tea, cereali, cacao dolce, biscotti, succhi di frutta, marmellata e fette biscottate	Pasta pomodoro, olive, basilico UOVA O FRITTATA DI VERDURE Spinaci o bietole saltati in padella Pesche sciroppate		

N.B. ALIMENTI IN GRASSETTO CONTENGONO ALLERGENI

Le informazioni circa la presenza di sostanze o prodotti che provocano allergie o intolleranze sono disponibili rivolgendosi al personale di servizio che fornirà apposita documentazione.

*prodotto surgelato

IV SETTIMANA

	COLAZIONE	PRANZO	MERENDA	CENA
lunedì	Caffè, latte, tea, cacao dolce, cereali , biscotti , Succhi di frutta, marmellata, miele e fette biscottate	Risotto allo zafferano Sformato di *verdura Insalata verde Frutta fresca	SPREMUTA E 1 SACCHETTINO DI TARALLINI	GNOCCHI AL POMODORO Spiedini di pollo con patate carote novelle al forno FRUTTA FRESCA
martedì	Caffè, latte, tea, cereali , cacao dolce, biscotti, succhi di frutta, marmellata e fette biscottate	MINISTRONE DI VERDURE E LEGUMI CON FARRO Bocconcino di parmigiano reggiano <u>Mesi invernali:</u> carote in insalata <u>Mesi estivi:</u> zucchine trifolate FRUTTA FRESCA	60 GR DI PANE CON OLIO OPPURE FRUTTA FRESCA O 1 YOGURT	PASTA CON RICOTTA E POMODORO PESCE PERSICO,ORATA,DENTICE,NASELLO,MERLUZZO Verdura cotta: cavolfiore bianco, carote novelle e zucchine Frutta
mercoledì	Caffè, latte, tea, cereali , cacao dolce, biscotti, succhi di frutta, marmellata e fette biscottate	RISO IN BIANCO CON BOCCONCINI DI POLLO AL CURRY (80 GR DI RISO E 100 GR DI POLLO) Bocconcini di pollo con olive e pinoli <u>Mesi invernali:</u> finocchi in insalata <u>Mesi estivi:</u> pomodori in insalata Frutta fresca	Banana bio	Vellutata di verdure o zucca con crostini (glutine) Manzo magro ai ferri con soncino o verdura di stagione Torta dolce (glutine)
giovedì	Caffè, latte, tea, cereali , cacao dolce, biscotti, succhi di frutta, marmellata e fette biscottate	ORECCHIETTE CON CIME DI RAPA O BROCCOLI CARNE DI VITELLO AI FERRI Patate al forno Frutta fresca	Fette biscottate e barretta c .	Pizza margherita (glutine) INSALATA CON FINOCCHI CRUDI,SEDANO,OLIVE NERE, QUALCHE NOCE Macedonia
venerdì	Caffè, latte, tea, cereali , cacao dolce, biscotti, succhi di frutta, marmellata e fette biscottate	<u>Mesi invernali:</u> crema di legumi con riso <u>Mesi estivi:</u> minestra primavera con riso NASELLO,MERLUZZO NO IMPANATI MA IN PADELLA CON POMODORO,OLIVE E CAPPERI (NO HALIBUT) *Fagiolini lessati Frutta fresca	60 GR DI PANE CON OLIO OPPURE FRUTTA FRESCA O 1 YOGURT	Minestrone di verdure con pasta (glutine) Insalata caprese mozzarella (latte, pomodori) FRUTTA FRESCA
Sabato	Caffè, latte, tea, cereali , cacao dolce, biscotti, succhi di frutta, marmellata e fette biscottate	PASTA AL POMODORO Frittata (uova) con verdure (es. zucchine, biette, spinaci, carciofi) Insalata mista FRUTTA FRESCA		

N.B. ALIMENTI IN GRASSETTO CONTENGONO ALLERGENI

Le informazioni circa la presenza di sostanze o prodotti che provocano allergie o intolleranze sono disponibili rivolgendosi al personale di servizio che fornirà apposita documentazione.

*prodotto surgelato

V SETTIMANA

	COLAZIONE	PRANZO	MERENDA	CENA
lunedì	Caffè, latte, tea, cacao dolce, cereali, biscotti, Succhi di frutta, marmellata, miele e fette biscottate	<p>Mesi invernali: minestra di verdura con pasta integrale</p> <p>Mesi estivi: pasta integrale al ragù vegetale</p> <p><u>Stracchino</u></p> <p>Patate al forno</p> <p>Frutta fresca</p>	Yogurt	RISOTTO AI PORRI E ZAFFERNAO Spiedino di pesce o pesce al forno Verdure grigliate: melanzane, zucchine, peperoni Frutta di stagione
martedì	Caffè, latte, tea, cereali, cacao dolce, biscotti, succhi di frutta, marmellata e fette biscottate	<p>PASTA CON CECI (80 GR DI PASTA)</p> <p>Hamburger vegetale</p> <p>Mesi invernali: carote in insalata</p> <p>Mesi estivi: pomodori in insalata</p> <p>Frutta fresca</p>	Frutta fresca o 35 gr di frutta secca	Taglierini o tagliatelle (glutine) pomodoro e basilico Petto di pollo o tacchino ai ferri Verdure cotte: carote, cavolfiore verde, fagiolini, FRUTTA FRESCA
mercoledì	Caffè, latte, tea, cereali, cacao dolce, biscotti, succhi di frutta, marmellata e fette biscottate	<p>ZUPPA DI MIGLIO, ZUCCA E BORLOTTI (VEDI RICETTA IN FONDO)</p> <p>CARNE DI VITELLO AI FERRI</p> <p>*Piselli</p> <p>Frutta fresca</p>	60 GR DI PANE CON OLIO OPPURE 60 GR DI PANE CON 30 GR DI CIOCCOLATO FONDENTE	Minestrone di verdure con pasta (glutine) Insalata caprese mozzarella (latte, pomodori) FRUTTA FRESCA
giovedì	Caffè, latte, tea, cereali, cacao dolce, biscotti, succhi di frutta, marmellata e fette biscottate	<p>Carote e finocchi alla julienne in insalata e bocconcini di grana</p> <p>Pizza margherita con formaggio e prosciutto cotto di coscia nazionale senza polifosfati</p> <p>Frutta fresca</p>	Banana bio	Spaghetti al tonno Frittata (uova) al forno con spinaci macedonia
venerdì	Caffè, latte, tea, cereali, cacao dolce, biscotti, succhi di frutta, marmellata e fette biscottate	<p>Pasta al sugo di pomodoro</p> <p>Medaglioni di trota gratinati al forno o filetti di</p> <p>*merluzzo gratinati al forno</p> <p>Insalata verde e mais</p> <p>Frutta fresca</p>	SPREMUTA E 1 SACCHETTINO DI TARALLINI	GNOCCHI VERDI DI GRANO SARACENO CON OLIO E PARMIGIANO Spiedini di pollo con patate carote novelle al forno Macedonia di kiwi, fragole e ananas FRUTTA FRESCA
Sabato	Caffè, latte, tea, cereali, cacao dolce, biscotti, succhi di frutta, marmellata e fette biscottate	<p>Pasta (glutine) aglio, olio e peperoncino</p> <p>Arrosto di tacchino al forno</p> <p>Insalata mista</p> <p>Torta dolce semplice (tipo margherita) (latte uova)</p>		

N.B. ALIMENTI IN GRASSETTO CONTENGONO ALLERGENI

Le informazioni circa la presenza di sostanze o prodotti che provocano allergie o intolleranze sono disponibili rivolgendosi al personale di servizio che fornirà apposita documentazione.

*prodotto surgelato

VI SETTIMANA

	COLAZIONE	PRANZO	MERENDA	CENA
lunedì	Caffè, latte, tea, cacao dolce, cereali, biscotti, Succhi di frutta, marmellata, miele e fette biscottate	Panino con hamburger di vitellone e insalata Patatine al forno Frutta fresca 2 QUADRATINI DI CIOCCOLATO FONDENTE	Yogurt	Pasta/pansoti alla salsa di noci Pesce al forno o spiedino di pesce Verdure grigliate: zucchine e melanzane Frutta di stagione
martedì	Caffè, latte, tea, cereali, cacao dolce, biscotti, succhi di frutta, marmellata e fette biscottate	FARRO CON FAGIOLI IN BRODO Stracchinata Carote in insalata Frutta fresca	Succo di frutta e biscotti	Risotto alle verdure (alternativamente carciofi, asparagi, zucchine, spinaci, piselli, biette) Frittata (uova) Patate, spinaci, carote novelle al forno, FRUTTA FRESCA
mercoledì	Caffè, latte, tea, cereali, cacao dolce, biscotti, succhi di frutta, marmellata e fette biscottate	Pasta all'olio extravergine di oliva Bocconcini di tacchino gratinati al forno Mesi invernali: PATATE LESSE Mesi estivi: patate lessate Frutta fresca	Banana bio	Taglierini verdi (glutine) al pomodoro Bresaola/macinata di manzo con pinoli e olive Insalata mista di stagione 2 QUADRATINI DI CIOCCOLATO FONDENTE
giovedì	Caffè, latte, tea, cereali, cacao dolce, biscotti, succhi di frutta, marmellata e fette biscottate	Pasta al ragù di lenticchie Polpettone di *fagiolini Mesi invernali: finocchi in insalata Mesi estivi: carote in insalata Frutta fresca	60 GR DI PANE CON OLIO OPPURE 60 GR DI PANE CON 30 GR DI CIOCCOLATO FONDENTE	Tortellini in brodo ARROSTO DI TACCHINO SI Verdura cotta al vapore: bietole, cavolfiore, zucchine FRUTTA FRESCA
venerdì	Caffè, latte, tea, cereali, cacao dolce, biscotti, succhi di frutta, marmellata e fette biscottate	Mesi invernali: minestra di verdura con pasta integrale Mesi estivi: minestra primavera con pasta integrale *Bastoncini di merluzzo al forno Mesi invernali: insalata verde Mesi estivi: pomodori in insalata Frutta fresca	Pane e cioccolata	VELLUTATA DI FINOCCHI, SEDANO E PATATE CON CROSTINI DI PANE Frittata (uova) al forno con spinaci FRUTTA FRESCA
Sabato	Caffè, latte, tea, cereali, cacao dolce, biscotti, succhi di frutta, marmellata e fette biscottate	Risotto con zucchine, carciofi o asparagi // maccheroncini (glutine) al tuorlo d'uovo e prosciutto cotto Filetto di pesce al forno Insalata mista FRUTTA FRESCA		

N.B. ALIMENTI IN GRASSETTO CONTENGONO ALLERGENI

Le informazioni circa la presenza di sostanze o prodotti che provocano allergie o intolleranze sono disponibili rivolgendosi al personale di servizio che fornirà apposita documentazione.

*prodotto surgelato

ZUPPA DI MIGLIO, ZUCCA E BORLOTTI**Ingredienti**

Per 4 persone

- 200 g [Miglio](#)
- 230 g [zucche](#) senza buccia
- 100 g [Fagioli -Borlotti](#)
- 180 g [patate](#)
- 600 g [Brodo vegetale](#)
- [Rosmarino](#)

Istruzioni

1. In una casseruola, rosola zucca, patate e borlotti con un po' d'olio,
2. Sciacqua il miglio sotto l'acqua e aggiungilo alle verdure. Fai rosolare un paio di minuti, quindi aggiungi il brodo
3. Cuoci per il tempo indicato sulla confezione (io circa 20-25 minuti). Se vedi che l'acqua si asciuga troppo, aggiungi un bicchiere d'acqua al bisogno.

*REVISIONI DEL MENU' APPORTATE DA**DOTTORESSA MADDALENA LATTARI**BIOLOGA NUTRIZIONISTA, ISCRITTA ALL'ORDINE DEI BIOLOGI SEZIONE A CON NUMERO 058402**CONSULENTE TECNICO PER ISAQ CONSULTING SRL*