



		Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1a Settimana 02/11-06/11 30/11-04/12 11/01-15/01 08/02-12/02 22/03-26/03	PRIMI	Risotto al pomodoro Risotto allo zafferano	Purea di patate Vellutata di lenticchie e patate	Penne integrali al tonno Cous Cous con verdure	Pizza Margherita fatta in Casa Focaccia	Sedani al ragù di carne Vellutata di zucca con crostini
	SECONDI	Quiche alle zucchine Omelette	Spezzatino tacchino al pomodoro Straccetti di pollo al curry	Platessa agli aromi Tonno	Prosciutto cotto Farinata	Polpette di bovino agli aromi Ceci al balsamico
	CONTORNI	Fagiolini all'olio Julienne di carote	Carote gratinate Insalata verde mista	Piselli all'olio Insalata di pomodori	Spinaci all'olio Insalata verde con mais	Zucchine al Forno Julienne di finocchi
	DESSERT	Mousse di Frutta Frutta Fresca	Yogurt bianco Frutta fresca	Coppetta di yogurt con mela julienne Mousse frutta	Yogurt bianco Frutta Fresca	Strudel di mele Frutta Fresca
2a Settimana 09/11-13/11 09/12-11/12 18/01-22/01 15/02-19/02	PRIMI	Spaghetti all'olio Spaghetti pomodoro e basilico	Pasta al forno pasticcata Gnocchi alla romana	Risotto con piselli Risotto con funghi	Fusilli integrali al pesto Polenta	Vellutata di legumi con crostini Gateau di patate
	SECONDI	Hamburger di merluzzo Lenticchie in Umido	Ricotta Mozzarella	Frittata di zucchine Omelette	Primo sale al forno Spezzatino tacchino al pomodoro	Platessa al vapore Tonno con pomodorini
	CONTORNI	Cavolfiori all'olio Insalata di fagioli cannellini	Broccoletti all'olio Insalata verde e radicchio	Fagiolini al pomodoro Insalata di pomodori	Zucchine al forno Julienne di carote	Spinaci gratinati Insalata verde con mais
	DESSERT	Torta Margherita Frutta Fresca	Yogurt bianco Mousse di frutta	Coppetta di yogurt con mela julienne Frutta fresca	Yogurt bianco Mousse di frutta	Mousse di frutta Frutta fresca
3a Settimana 16/11-20/11 14/12-18/12 25/01-29/01 08/03-12/03	PRIMI	Farro con verdure Fusilli integrali al ragù di carne	Patate gratin Orzo con verdure	Penne panna prosciutto e piselli Penne pomodoro e basilico	Pizza Margherita fatta in Casa Focaccia	Spaghetti al pomodoro e basilico Vellutata di carote e patate
	SECONDI	Tortino semplice Frittata al prosciutto	Straccetti di pollo al limone Robiola	Platessa alla mugnaia Quiche alle verdure	Mozzarella Farinata	Hamburger agli aromi Polpette di carne
	CONTORNI	Piselli all'olio Insalata di pomodori	Carote a rondelle al vapore Insalata verde	Costine all'olio insalata di ceci	Fagiolini al pomodoro Insalata di pomodori con mais	Zucchine gratinate Insalata verde con carotine
	DESSERT	Yogurt bianco Mousse di Frutta	Mousse di frutta Frutta fresca	Mele cotte con cannella Mousse di frutta	Yogurt bianco Frutta fresca	Torta allo yogurt Frutta fresca
4a Settimana 23/11-27/11 04/01-08/01 01/02-05/02 15/03-19/03	PRIMI	Penne integrali al pesto Purea di patate	Gnocchi di patate agli aromi Gnocchi al ragù di carne	Fusilli panna e salmone Minestrone di verdure con riso	Mezze penne agli aromi Polenta	Spaghetti al pomodoro e basilico Raviolini di magro burro e salvia
	SECONDI	Hamburger di platessa Merluzzo gratinato	Lonza alla paprika Prosciutto cotto	Sformato di ceci Tonno	Spezzatino di tacchino in umido Crescenza	Lenticchie in umido Frittata ai formaggi
	CONTORNI	Cavolo rosso stufato Insalata verde	Fagiolini all'olio Insalata verde con pomodori	Broccoletti gratinati Julienne di carote	Spinaci gratinati Insalata di pomodori	Piselli all'olio Insalata verde con mais
	DESSERT	Mousse di frutta Coppetta di yogurt con mela julienne	Crostata di marmellata Frutta fresca	Mousse di frutta Frutta Fresca	Yogurt bianco Mousse di frutta	Mousse di frutta Frutta fresca