

PRIMA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta al pomodoro	Pasta di semola <i>bio</i> , pomodoro <i>bio</i> , olio evo <i>bio</i>
	Mozzarella	Mozzarella
	Piselli	Piselli, olio evo <i>bio</i>
	Frutta di stagione*	Frutta di stagione
	Pane semintegrale	Pane semintegrale <i>bio</i>
MARTEDÌ	Passato di verdure con orzo/farro	Verdure miste, brodo veg. Q.b., orzo/farro
	Hamburger pollo	Hamburger, olio evo <i>bio</i>
	Verdura di stagione	Verdura di stagione, olio evo <i>bio</i>
	Frutta di stagione	Frutta di stagione
	Pane	Pane <i>bio</i>
MERCOLEDÌ	Risotto con olio e parmigiano	Riso, carote, brodo veg. q.b., olio evo
	Frittata	Uovo <i>bio</i> , olio evo <i>bio</i> , limone, parmigiano
	Verdura di stagione	Verdura di stagione, olio evo <i>bio</i>
	Frutta di stagione	Frutta di stagione
	Pane integrale o semintegrale	Pane integrale o semintegrale <i>bio</i>
GIOVEDÌ	Pasta con ceci asciutta	Pasta di semola, ceci secchi., olio evo
	Fettina di manzo	<u>Fettina di manzo</u> , erbe aromatiche, olio evo <i>bio</i>
	Verdura di stagione	Verdura di stagione, olio evo <i>bio</i>
	Banana o mela (mese di aprile)	Banana o mela
	Frutta di stagione (mesi di maggio e giugno)	Frutta di stagione
Pane	Pane <i>bio</i>	
VENERDÌ	Pasta con zucchine	Pasta di semola <i>bio</i> , zucchine, olio evo <i>bio</i>
	Cotoletta di mare	Merluzzo, mollica di pane e/o pangrattato, erbe aromatiche olio evo <i>bio</i>
	Insalata mista	Insalata mista, olio evo <i>bio</i>
	Frutta di stagione	Frutta di stagione
	Pane	Pane <i>bio</i>

SECONDA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta olio e parmigiano	Pasta di semola <i>bio</i> , olio evo <i>bio</i> , parmigiano
	Frittata	Uova <i>bio</i> , olio evo <i>bio</i> , limone, parmigiano
	Verdura di stagione	Verdura di stagione, olio evo <i>bio</i>
	Frutta di stagione	Frutta di stagione
	Pane semintegrale	Pane semintegrale <i>bio</i>
MARTEDÌ	Risotto con crema di asparagi o carotine o spinaci	Riso, asparagi o carotine o spinaci, olio evo <i>bio</i>
	Bocconcini di pollo	Pollo, farina <i>bio</i> , olio evo <i>bio</i>
	Verdure di stagione	Verdure di stagione, olio evo
	Frutta di stagione	Frutta di stagione
	Pane	Pane <i>bio</i>
MERCOLEDÌ	PIATTO UNICO: Pasta al ragù di carne	Pasta di semola <i>bio</i> , carne bovina, pomodoro <i>bio</i> , olio evo <i>bio</i>
	Parmigiano/mozzarella	<u>Parmigiano/mozzarella</u>
	Verdure di stagione	Verdure di stagione, olio evo <i>bio</i>
	Frutta di stagione	Frutta di stagione
	Pane semintegrale	Pane semintegrale <i>bio</i>
GIOVEDÌ	Pasta integrale al pomodoro	Pasta integrale, pomodoro <i>bio</i> , olio evo <i>bio</i>
	Filetto di merluzzo	Filetto di merluzzo, erbe aromatiche, olio evo <i>bio</i>
	Insalata/carote julienne	Insalata/carote julienne, olio evo
	Frutta di stagione	Frutta di stagione
	Pane	Pane <i>bio</i>
VENERDÌ	Risotto con i piselli	Riso, piselli surgelati, brodo vegetale q.b., olio evo
	Mozzarella/robiola/asiago	Mozzarella/robiola/asiago
	Zucchine o altra verdura trifolata	Zucchine o altra verdura di stagione, olio evo <i>bio</i>
	Frutta di stagione	Frutta di stagione
	Pane + dolce	Pane <i>bio</i> + dolce: uova, lievito, sale, farina, zucchero, limone, olio, latte/acqua

TERZA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta al pomodoro	Pasta di semola <i>bio</i> , pomodoro <i>bio</i> , olio evo <i>bio</i>
	Formaggio vaccino semistagionato	Caciotta
	Verdure di stagione	Verdure di stagione, olio evo <i>bio</i>
	Frutta di stagione	Frutta di stagione
	Pane semintegrale	Pane <i>bio</i>
MARTEDÌ	Pasta con pesto	Pasta di semola <i>bio</i> , olio evo <i>bio</i> , basilico, parmigiano <i>reggiano</i> e pinoli
	Frittata	Uova <i>bio</i> , olio evo <i>bio</i> , limone, parmigiano
	Zucchine o fagiolini o verdura di stagione	Zucchine o fagiolini o verdura di stagione, olio evo <i>bio</i>
	Frutta di stagione	Frutta di stagione
	Pane	Pane <i>bio</i>
MERCOLEDÌ	Riso al pomodoro	Riso, pomodoro <i>bio</i> , cipolla, olio evo <i>bio</i>
	Coda di Rospo al forno/con pomodoro	Coda di Rospo, olio evo <i>bio</i> , erbe aromatiche/ coda di rospo, olio evo, pomodoro, erbe aromatiche, olio evo
	Verdure di stagione	Verdure di stagione, olio evo <i>bio</i>
	Frutta di stagione	Frutta di stagione
	Pane semintegrale	Pane semintegrale <i>bio</i>
GIOVEDÌ	Pasta con crema di fagioli	Pasta di semola <i>bio</i> , fagioli, brodo veg. q.b. olio evo <i>bio</i>
	Petto di tacchino al limone	Tacchino, farina <i>bio</i> , succo di limone, olio evo <i>bio</i>
	Verdure di stagione	Verdure di stagione, olio evo <i>bio</i>
	Frutta di stagione	Frutta di stagione
	Pane	Pane <i>bio</i>
VENERDÌ	PIATTO UNICO: pasta gratinata bianca o rossa con parmigiano e Tocchetti mozzarella	Pasta di semola <i>bio</i> , mozzarella, pomodoro, olio evo <i>bio</i> , parmigiano <i>reggiano</i> , pangrattato
	Verdure di stagione	Verdure di stagione, olio evo <i>bio</i>
	Frutta di stagione	Frutta di stagione
	Pane	Pane <i>bio</i>

QUARTA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Farro al pomodoro	Farro, pomodoro <i>bio</i> , olio evo <i>bio</i>
	Asiago	Asiago
	Verdura di stagione	Verdura di stagione, olio evo <i>bio</i>
	Frutta di stagione	Frutta di stagione
	Pane	Pane <i>bio</i>
MARTEDÌ	Pasta con zucchine	Pasta di semola <i>bio</i> , zucchine, olio evo <i>bio</i>
	Filetto di merluzzo	merluzzo, erbe aromatiche, olio evo <i>bio</i>
	Verdura di stagione	Verdure di stagione, olio evo <i>bio</i>
	Frutta di stagione	Frutta di stagione
	Pane	Pane <i>bio</i>
MERCOLEDÌ	Pasta olio e parmigiano	Pasta di semola <i>bio</i> , parmigiano, olio evo <i>bio</i>
	Frittata	Uovo <i>bio</i> , olio evo <i>bio</i> , limone, parmigiano
	Verdure di stagione	Verdure di stagione, olio evo <i>bio</i>
	Frutta di stagione	Frutta di stagione
	Pane semintegrale	Pane semintegrale <i>bio</i>
GIOVEDÌ	Piatto unico: riso con piselli	Riso, piselli surgelati, brodo veg. q.b. olio evo <i>bio</i>
	Straccetti di pollo	Pollo, olio evo <i>bio</i>
	Verdure di stagione/patate lesse	Verdure di stagione, olio evo <i>bio</i> / patate lesse, olio evo <i>bio</i>
	Frutta di stagione	Frutta di stagione
	Pane	Pane <i>bio</i> ;
VENERDÌ	Pasta al pomodoro	Pasta di semola <i>bio</i> , pomodoro <i>bio</i> , olio evo <i>bio</i>
	Platessa al forno	Platessa, erbe aromatiche, olio evo <i>bio</i>
	Spinaci o fagiolini o verdure di stagione	Spinaci o fagiolini o verdure di stagione, olio evo <i>bio</i>
	Frutta di stagione	Frutta di stagione
	Pane semintegrale	Pane semintegrale <i>bio</i>

QUINTA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta con pesto	Pasta di semola <i>bio</i> , olio evo <i>bio</i> , basilico, parmigiano <i>reggiano</i> e pinoli
	Frittata	Uova <i>bio</i> , olio evo <i>bio</i> , limone, parmigiano
	Verdure di stagione	Verdure di stagione, olio evo <i>bio</i>
	Frutta di stagione	Frutta di stagione
	Pane semintegrale	Pane semintegrale <i>bio</i>
MARTEDÌ	Pasta con crema di carotine o spinaci	Pasta di semola <i>bio</i> , carote/spinaci, parmigiano, olio evo <i>bio</i>
	Mozzarella/robiola /asiago	
	Verdure di stagione	Verdure di stagione, olio evo <i>bio</i>
	Frutta di stagione	Frutta di stagione
	Pane	Pane <i>bio</i>
MERCOLEDÌ	Minestra di legumi misti con pastina	Brodo vegetale, legumi misti passati, pastina di semola, parmigiano, olio evo <i>bio</i>
	Petto di tacchino al limone	Tacchino, farina <i>bio</i> , succo di limone, olio evo <i>bio</i>
	Zucchine o fagiolini o verdura di stagione	Zucchine o fagiolini o verdura di stagione, olio evo <i>bio</i>
	Frutta di stagione	Frutta di stagione
	Pane	Pane <i>bio</i>
GIOVEDÌ	Riso olio e parmigiano	Riso, olio evo, parmigiano
	Filetto di merluzzo	Filetto di merluzzo, erbe aromatiche, olio evo <i>bio</i>
	verdure di stagione	Verdure di stagione, olio evo <i>bio</i>
	Frutta di stagione	Frutta di stagione
	Pane semintegrale	Pane semintegrale <i>bio</i>
VENERDÌ	Pasta con zucchine	Pasta di semola <i>bio</i> , zucchine, olio evo <i>bio</i>
	Bocconcini di pollo	Pollo, farina, olio evo
	verdura di stagione	Verdure di stagione, olio evo <i>bio</i>
	Frutta di stagione	Frutta di stagione
	Pane	Pane <i>bio</i>

SESTA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta integrale al pomodoro	Pasta integrale <i>bio</i> , pomodoro pelato, cipolla, olio evo <i>bio</i>
	Formaggio vaccino semi stagionato	Caciotta
	Verdure di stagione	Verdure di stagione, olio evo <i>bio</i>
	Frutta di stagione	Frutta di stagione
	Pane	Pane bio
MARTEDÌ	Pasta olio e parmigiano	Pasta di semola <i>bio</i> , olio evo <i>bio</i> , parmigiano
	Frittata	Uova <i>bio</i> , olio evo <i>bio</i> , limone, parmigiano
	Zucchine o altra verdura di stagione trifolate	Zucchine o altra verdura di stagione, olio evo <i>bio</i>
	Frutta di stagione	Frutta di stagione
	Pane semintegrale	Pane semintegrale <i>bio</i>
MERCOLEDÌ	Farro al pomodoro	Farro <i>bio</i> , pomodoro <i>bio</i> , olio evo <i>bio</i>
	Hamburger di pollo	Hamburger di pollo, olio evo
	verdure di stagione	Verdure di stagione, olio evo <i>bio</i>
	Frutta di stagione	Frutta di stagione
	Pane	Pane bio
GIOVEDÌ	Pasta con le zucchine	Pasta di semola <i>bio</i> , zucchine, olio evo <i>bio</i>
	Platessa al forno	Platessa, erbe aromatiche, olio evo <i>bio</i>
	Insalata	Insalata, olio evo <i>bio</i>
	Frutta di stagione	Frutta di stagione
	Pane semintegrale	Pane semintegrale bio
VENERDÌ	Pasta in crema di ceci	Pasta di semola, ceci, brodo veg. q.b., olio evo
	Straccetti di manzo	Manzo, olio evo
	Verdura di stagione	Verdure di stagione, olio evo <i>bio</i>
	Frutta di stagione	Frutta di stagione
	Pane	Pane <i>bio</i>

