

| PRIMA SETTIMANA | | Ingredienti |
|------------------------|--|---|
| LUNEDÌ | Tagliatelle al ragù vegetale con verdure di stagione | Tagliatelle, verdure di stagione, olio evo |
| | Mozzarella o Parmigiano o Asiago | Mozzarella o Parmigiano o Asiago |
| | Verdure di stagione | Verdure di stagione, olio evo |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |
| MARTEDÌ | Zuppa di farro con verdure miste di stagione | Farro, verdure di stagione, olio evo |
| | Prosciutto crudo | Prosciutto crudo |
| | Verdure di stagione | Verdure di stagione, olio evo |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |
| MERCOLEDÌ | Risotto con pomodoro e basilico | Riso, pomodoro, olio evo, basilico |
| | Frittata con zucchine | Uovo, zucchine, olio evo |
| | Insalata mista di stagione | Insalata mista, olio evo |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |
| GIOVEDÌ | PIATTO UNICO: pasta e fagioli | Pasta, fagioli, olio evo |
| | Tocchetti di parmigiano su letto di carote julienne | Parmigiano, carote, olio evo |
| | Banana o mela (mese di aprile) | Banana o mela |
| | Frutta di stagione (mesi di maggio e giugno) | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |
| VENERDÌ | Pasta integrale bio al pomodoro fresco e basilico con olio evo a crudo | Pasta integrale bio, pomodoro, olio evo, basilico |
| | Polpette di merluzzo | Merluzzo, mollica di pane e/o pangrattato, olio evo |
| | Verdure di stagione | Verdure di stagione, olio evo |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |

| SECONDA SETTIMANA | | Ingredienti |
|--------------------------|--|--|
| LUNEDÌ | Pasta integrale bio al pomodoro | Pasta integrale bio, pomodoro, olio evo |
| | Frittata con zucchine | Uova, zucchine, olio evo |
| | Frutta di stagione (mesi di maggio e giugno) | Frutta di stagione |
| | Banana o mela (mese di aprile) | Banana o mela |
| | Pane | Pane |
| MARTEDÌ | Risotto con crema di asparagi o crema di spinaci | Riso, asparagi o spinaci, olio evo |
| | Spezzatino di manzo | Manzo, olio evo, erbe aromatiche |
| | Spinaci o fagiolini al vapore | Spinaci o fagiolini, olio evo |
| | Pane | Pane |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| MERCOLEDÌ | PIATTO UNICO: pasta integrale bio con ceci | Pasta integrale bio, ceci, olio evo |
| | Parmigiano | Parmigiano |
| | Finocchi | Finocchi, olio evo |
| | Frutta di stagione + Dolce | Frutta di stagione +Dolce |
| | Pane | Pane |
| GIOVEDÌ | Orzo al pomodoro | Orzo, pomodoro, olio evo |
| | Ricotta vaccina | Ricotta vaccina |
| | Zucchine o altra verdura trifolata | Zucchine o altra verdura di stagione, olio evo |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |
| VENERDÌ | Pasta al ragù vegetale con verdure di stagione | Pasta, verdure di stagione, olio evo |
| | Coda di rospo al pomodoro | Coda di rospo, pomodoro, olio evo |
| | Insalata di pomodoro | Pomodori, olio evo |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |

| TERZA SETTIMANA | | Ingredienti |
|------------------------|--|--|
| LUNEDÌ | Pasta integrale bio al pomodoro | Pasta integrale bio, pomodoro, olio evo |
| | Polpette di ricotta e bietoline o di ricotta e zucchine | Ricotta vaccina, bietole o zucchine, patate, parmigiano, latte, uovo, olio evo |
| | Insalata | Insalata ,olio evo |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |
| MARTEDÌ | Pasta con pesto | Pasta, olio evo, basilico, parmigiano e pinoli |
| | Petto di tacchino al limone | Tacchino, farina, succo di limone, olio evo |
| | Zucchine o fagiolini | Zucchine o fagiolini, olio evo |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |
| MERCOLEDÌ | Farro con verdure di stagione | Farro, verdure di stagione, olio evo |
| | Merluzzo al forno | Merluzzo, olio evo, erbe aromatiche |
| | Pomodori in insalata | Pomodori, olio evo |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |
| GIOVEDÌ | Pasta olio e parmigiano | Pasta, parmigiano, olio evo |
| | Frittata con verdure di stagione | Uova, verdure di stagione, olio evo |
| | Insalata | Insalata |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |
| VENERDÌ | PIATTO UNICO: pasta gratinata bianca o rossa con parmigiano e mozzarella | Pasta, mozzarella, pomodori, olio evo, parmigiano, pangrattato |
| | Insalata mista | Insalata mista, olio evo |
| | Banana o mela (mese di aprile) | Banana o mela |
| | Frutta di stagione (mesi di maggio e giugno) | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |

| QUARTA SETTIMANA | | Ingredienti |
|-------------------------|---|---|
| LUNEDÌ | Orzo tricolore | Orzo, pomodorini, olive denocciolate, scaglie di parmigiano, olio evo |
| | Caciotta di latte vaccino | Caciotta vaccina |
| | Verdura di stagione | Verdura di stagione, olio evo |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |
| MARTEDÌ | PIATTO UNICO: pasta integrale bio con lenticchie | Pasta integrale bio, lenticchie, olio evo |
| | Carote julienne | Carote, olio evo |
| | Ricotta | Ricotta vaccina |
| | Frutta di stagione + Dolce | Frutta di stagione +Dolce |
| | Pane | Pane |
| MERCOLEDÌ | Risotto al pomodoro | Riso, pomodoro, olio evo |
| | Arista al forno | Arista al forno, olio evo, erbe aromatiche |
| | Zucchine trifolate | Zucchine, olio evo |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |
| GIOVEDÌ | Pasta integrale bio alla crema di ricotta e spinaci | Pasta integrale bio, ricotta vaccina, spinaci, olio evo |
| | Rotolo variopinto | Uovo, verdure di stagione, olio evo |
| | Insalata | Insalata, olio evo |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |
| VENERDÌ | Pasta olio e parmigiano | Pasta, parmigiano, olio evo |
| | Platessa al forno | Platessa, olio evo |
| | Spinaci o fagiolini | Spinaci o fagiolini, olio evo |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |

| QUINTA SETTIMANA | | Ingredienti |
|-------------------------|--|---|
| LUNEDÌ | Pasta integrale bio al pomodoro | Pasta integrale bio, pomodoro, olio evo |
| | Frittata al taglio | Uovo, olio evo |
| | Carote | Carote, olio evo |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |
| MARTEDÌ | Orzo con verdure di stagione o in brodo vegetale | Orzo, verdure di stagione, olio evo o in brodo vegetale |
| | Bocconcini di pollo panati | Pollo, pangrattato, olio evo |
| | Zucchine o melanzane in padella | Zucchine o melanzane, olio evo |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |
| MERCOLEDÌ | Risotto pomodoro fresco e basilico | Riso, pomodoro fresco, basilico, olio evo |
| | Coda di rospo panata | Coda di rospo, pangrattato, olio evo |
| | Insalata | Insalata, olio evo |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |
| GIOVEDÌ | PIATTO UNICO: pasta gratinata con piselli, mozzarella e parmigiano | Pasta, piselli, mozzarella, parmigiano, pangrattato, olio evo |
| | Bietola al vapore | Bietola, olio evo |
| | Banana o mela (mese di aprile) | Banana o mela |
| | Frutta di stagione (mesi di maggio e giugno) | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |
| VENERDÌ | Zuppa di lenticchie | Lenticchie, olio evo |
| | Sformato di patate | Patate, parmigiano, olio evo |
| | Insalata di pomodori | Pomodori, olio evo |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |

| SESTA SETTIMANA | | Ingredienti |
|------------------------|---|---|
| LUNEDÌ | Delizie fresche dell'orto in antipasto | Verdure di stagione crude o cotte |
| | Risotto braccio di ferro | Riso, crema di spinaci, olio evo |
| | Mozzarella o Parmigiano o Asiago | Mozzarella o Parmigiano o Asiago |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |
| MARTEDÌ | Orzo con verdure di stagione | Orzo, verdure di stagione, olio evo |
| | Straccetti di pollo | Pollo, olio evo |
| | Verdure di stagione | Verdure di stagione, olio evo |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |
| MERCOLEDÌ | PIATTO UNICO: pasta integrale bio con polpette al ragù di carne | Pasta integrale bio, carne di manzo, pomodoro, olio evo |
| | Insalata di carote | Carote, olio evo |
| | Frutta di stagione + Dolce | Frutta di stagione +Dolce |
| | Pane | Pane |
| GIOVEDÌ | Tagliatelle al pomodoro | Tagliatelle, pomodoro, olio evo |
| | Cotoletta o polpetta di mare al forno | Platessa, pangrattato, olio evo |
| | Verdure di stagione | Verdure di stagione, olio evo |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |
| VENERDÌ | Pasta con tonno e olive | Pasta, tonno, olive denocciolate, olio evo |
| | Rotolo variopinto | Uova, carote, zucchine o spinaci, olio evo |
| | Insalata mista di stagione | Insalata,olio evo |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |

| SETTIMA SETTIMANA | | Ingredienti |
|--------------------------|---|--|
| LUNEDÌ | Pasta con crema di verdure di stagione | Pasta, verdure di stagione, olio evo |
| | Mozzarella o Parmigiano o Asiago | Mozzarella o Parmigiano o Asiago |
| | Verdure di stagione | Verdure di stagione, olio evo |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |
| MARTEDÌ | PIATTO UNICO: orzo in insalata multicolore | Orzo, pomodoro fresco, parmigiano, olio evo, basilico |
| | Zucchine o melanzane in padella con straccetti di pollo | Pollo , Zucchine o melanzane, olio evo |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |
| | | |
| MERCOLEDÌ | Crema di legumi misti con pastina | Lenticchie, piselli, fagioli, ceci, pastina, olio evo |
| | Prosciutto crudo | Prosciutto crudo |
| | Insalata | Insalata ,olio evo |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |
| GIOVEDÌ | Pasta integrale bio con verdure di stagione e pomodoro | Pasta integrale bio, verdure di stagione, pomodoro, olio evo |
| | Pesce gratinato con pomodorini ed olive | Code di rospo, olive denocciolate, pomodorini, olio evo |
| | Verdure di stagione | Verdure di stagione, olio evo |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |
| VENERDÌ | Pasta con piselli bianca o rossa | Pasta, piselli, pomodoro, olio evo |
| | Frittata con spinaci | Uovo, spinaci, olio evo |
| | Insalata mista di stagione | Insalata,olio evo |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |

| OTTAVA SETTIMANA | | Ingredienti |
|-------------------------|--|--|
| LUNEDÌ | Risotto alla crema di lenticchie | Riso, lenticchie, olio evo |
| | Frittata con verdure di stagione | Uova, verdure di stagione, olio evo |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |
| | | |
| MARTEDÌ | Pasta olio e parmigiano | Pasta, parmigiano, olio evo |
| | Pesce al forno | Merluzzo, olio evo |
| | Verdure di stagione | Verdure di stagione, olio evo |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |
| | | |
| MERCOLEDÌ | Pasta integrale bio con verdure di stagione | Pasta integrale bio, verdure di stagione miste, olio evo |
| | Straccetti di carne di manzo e/o vitello | Carne di manzo e/o vitello, olio evo |
| | Verdure di stagione | Verdure di stagione, olio evo |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |
| | | |
| GIOVEDÌ | PIATTO UNICO: pasta integrale bio con pomodoro, polpettine di carne bianca | Pasta, pomodoro, pollo o tacchino, olio evo |
| | Verdure di stagione | Verdure di stagione, olio evo |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |
| | | |
| VENERDÌ | Tagliatelle al ragù di pesce | Tagliatelle, merluzzo, pomodoro, olio evo |
| | Ricotta vaccina | Ricotta vaccina |
| | Verdure di stagione | Verdure di stagione, olio evo |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| | Pane | Pane |

