

MENU ... DEL TEMPO CALDO



PRIMA SETTIMANA

lunedì

gnocchi al pomodoro e 1 cucchiaino di grana
prosciutto cotto con verdura cruda e cotta

martedì

pasta al pesto/pomodoro e 1 cucchiaino di grana
uovo sodo con verdura cruda e cotta

mercoledì

patate al forno, petto di pollo alla piastra con verdura cruda e cotta

giovedì

risotto alle verdure e 1 cucchiaino di grana
bastoncini di pesce al forno con verdura cruda e cotta

venerdì

pasta al ragù e 1 cucchiaino di grana (o altro piatto unico); verdura cruda e cotta

SECONDA SETTIMANA

lunedì

pasta alle verdure e 1 cucchiaino di grana
prosciutto cotto con verdura cruda e cotta

martedì

polpettine di carne al forno con verdura cruda e cotta

mercoledì

risotto alla parmigiana e 1 cucchiaino di grana
formaggio con verdura cruda e cotta

giovedì

pasta al pomodoro e 1 cucchiaino di grana
pesce lesso o al forno con verdura cruda e cotta

venerdì

patate al forno e arrotolato di tacchino con verdura cruda e cotta

TERZA SETTIMANA

lunedì

risotto alle verdure e 1 cucchiaino di grana
formaggio con verdura cruda e cotta

martedì

pasta al ragù e 1 cucchiaino di grana
bastoncini di pesce al forno con 1 cucchiaino di grana

mercoledì

gnocchi al pomodoro e 1 cucchiaino di grana
uovo sodo o frittata con verdura cruda e cotta

giovedì

pasta al pesto/pomodoro e 1 cucchiaino di grana
tonno con verdura cruda e cotta

venerdì

patate al forno e arrotolato di maiale con verdura cruda e cotta

QUARTA SETTIMANA

lunedì

pasta al pomodoro e 1 cucchiaino di grana
prosciutto cotto con verdura cruda e cotta

martedì

patate e scaloppine di pollo con verdura cruda e cotta

mercoledì

pasta alle verdure e 1 cucchiaino di grana
pesce lesso o al forno con verdura cruda e cotta

giovedì

risotto alla parmigiana e 1 cucchiaino di grana
formaggio con verdura cruda e cotta

venerdì

pizza margherita o altro piatto unico
verdura cruda e cotta

MENU ...

DEL TEMPO FREDDO



PRIMA SETTIMANA

lunedì

orzotto/risotto alle verdure di stagione
prosciutto cotto con verdura cruda e cotta

martedì

pasta al ragù di carne
verdura cruda e cotta

mercoledì

passato di verdura
pesce lesso o al forno/tonno/bastoncini con verdura cruda e cotta

giovedì

pasta al ragù vegetale e pasta all'inglese
uovo e verdura cruda o cotta

venerdì

patate al forno, petto di pollo alla piastra con verdura cruda e cotta

SECONDA SETTIMANA

lunedì

pasta alla Norma
verdura cruda e cotta

martedì

polenta e polpettine di legumi al forno con verdura cruda e cotta

mercoledì

risotto di stagione
formaggio con verdura cruda e cotta

giovedì

passato di verdura con pasta o riso
pesce al forno con verdura cruda e cotta

venerdì

crocchette di patate ripiene
verdura cruda e cotta

TERZA SETTIMANA

lunedì

risotto
uovo e verdura cruda o cotta

martedì

pasta al ragù vegetale e pasta all'inglese
formaggio tenero/mozzarella e verdura cruda o cotta

mercoledì

patate al forno, arrotolato di tacchino al forno/scaloppina con verdura cruda e cotta

giovedì

passato di verdura con pasta o riso
pesce lesso o al forno/tonno/bastoncini di pesce al forno con verdura cruda e cotta

venerdì

lasagne alla bolognese/pasta pasticciata vegetariana/gnocchi; verdura cruda e cotta

QUARTA SETTIMANA

lunedì

risotto alle verdure
formaggio con verdura cruda e cotta

martedì

polenta e pastin/spezzatino/polpettine di carne al forno con verdura cruda e cotta

mercoledì

pasta al ragù di pesce
verdura cruda e cotta

giovedì

crema di legumi
bocconcini o scaloppine di pollo con verdura cruda e cotta

venerdì

pizza margherita
verdura cruda