

18 OTT 2021



Lunedì

Minestrone (minestrone surgelato 120 gr., riso 20 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr., parmigiano Reggiano 10 gr.,)

Polpette al forno con pomodoro (vitellone magro 80 gr., pane 30 gr., uova 20 gr., pomodori pelati gr. 100, olio extra vergine di oliva 5 gr., parmigiano Reggiano 10 gr.)

Spinaci lessi

(spinaci surgelati 100.gr., olio extra vergine di oliva 5 gr., limone)

Pane formato rosetta 50 gr., oppure Panino al latte 50 gr.

Frutta fresca di stagione 150 gr.

Martedì

Pasta e patate : (pasta 50 gr., patate 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

Frittata di uova al forno (un uovo, parmigiano Reggiano 10 gr..)

Mais dolce gr. 80

Pane formato rosetta 50 gr., oppure Panino al latte 50 gr.

Frutta fresca di stagione 150 gr.

Mercoledì

Risotto con Zucca (riso 50 gr., zucca 100 gr., brodo vegetale q.b.,olio extra vergine di oliva 5 gr., parmigiano Reggiano 10 gr.)

Cotoletta di petto di pollo al forno 100 gr.

Insalata di carote (carote 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr., limone

Pane formato rosetta 50 gr., oppure Panino al latte 50 gr.,

Frutta fresca di stagione 150 gr.

Giovedì

Pizza al Pomodoro 120 gr.

Prosciutto cotto magro 60 gr.

Bieta lessa (bieta 100 gr.olio extra vergine di oliv 5 gr.)

Pane formato rosetta 50 gr. oppure Panino al latte 50 gr.

Frutta fresca di stagione 150 gr.

Venerdì

Pasta al pomodoro e tonno (penne rigate 50 gr., pomodori pelati 100 gr.,

Tonno al Naturale 30 gr, olio extra vergine di oliva 5 gr.)

Bastoncini di merluzzo al fono 80 gr.

Insalata di lattuga (lattuga un porzione, olio extra vergine di oliva 5 gr. limone

Pane formato rosetta 50 gr., oppure Panino al latte 50 gr.

Yogurt alla frutta 125 gr. oppure frutta fresca di stagione 150 gr.)

In adesione ai possibili differenti gusti, ove è previsto è consigliabile servire a parte il parmigiano Reggiano ed il limone

Servizio igiene degli Alimenti e della Nutrizione ASL CE/1-

