

COSA MANGIAMO OGGI?

2^ SETTIMANA
AUTUNNO-INVERNO

LUNEDÌ

COLAZIONE: FRUTTA DI STAGIONE
PRANZO: PASTA AL POMODORO E PISELLI |
PARMIGIANO REGGIANO E VERDURA | PANE
MERENDA: YOGURT ALLA FRUTTA

MARTEDÌ

COLAZIONE: FRUTTA DI STAGIONE
PRANZO: RISO GIALLO ALLA ZUCCA |
SCALOPPINE AL FORNO CON VERDURA | PANE
MERENDA: PANE E CIOCCOLATO FONDENTE

MERCOLEDÌ

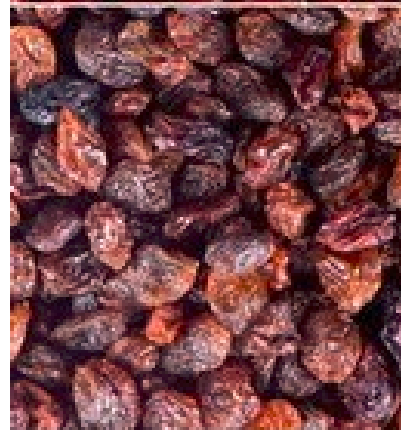
COLAZIONE: FRUTTA DI STAGIONE
PRANZO: PASTA IN BIANCO(OLIO E PARMIGIANO)
POLPETTE DI LEGUMI CON VERDURA COTTA | PANE
MERENDA: FRUTTA FRESCA

GIOVEDÌ

COLAZIONE: FRUTTA DI STAGIONE
PRANZO: PASSATO DI VERDURA |
PESCE IN CROSTA DI MAIS E VERDURA | PANE
MERENDA: GNOCCO O STRIA

VENERDÌ

COLAZIONE: FRUTTA DI STAGIONE
PRANZO: PIATTO UNICO PASTA AL RAGU'
VERDURA CRUDA
MERENDA: FRUTTA FRESCA



COSA MANGIAMO OGGI?

3^ SETTIMANA
AUTUNNO-INVERNO

LUNEDÌ

COLAZIONE: FRUTTA DI STAGIONE
PRANZO: PASTA INTEGRALE CON VERDURA |
SPEZZATINO DI POLLO CON PATATE | PANE
MERENDA: YOGURT ALLA FRUTTA

MARTEDÌ

COLAZIONE: FRUTTA DI STAGIONE
PRANZO: RISO ALLA PARMIGIANA
PESCE AL FORNO CON VERDURA | PANE
MERENDA: PANE E MARMELLATA

MERCOLEDÌ

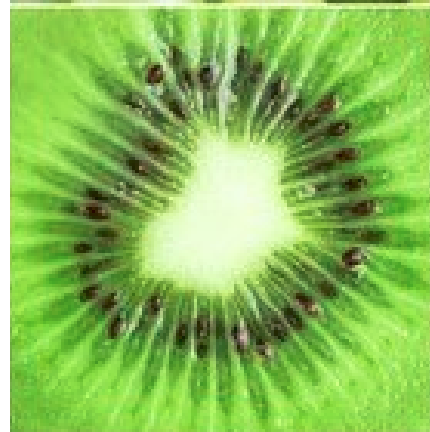
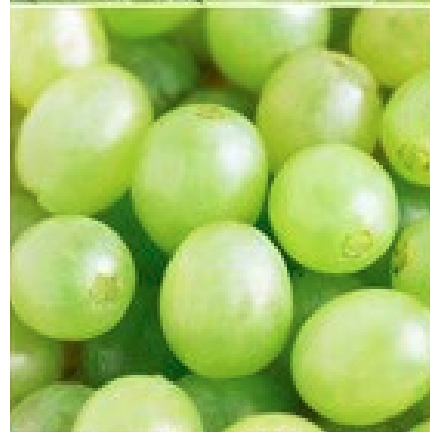
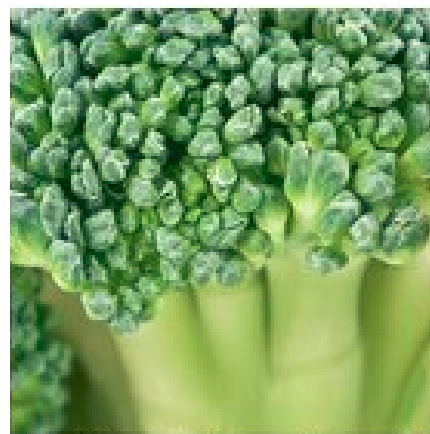
COLAZIONE: FRUTTA DI STAGIONE
PRANZO: PASTA CON RAGU' DI LENTICCHIE
FRITTATA AL FORNO CON VERDURA | PANE
MERENDA: FRUTTA FRESCA

GIOVEDÌ

COLAZIONE: FRUTTA DI STAGIONE
PRANZO: ZUPPA ALLE VERDURE |
CARNE MACINATA CON PISELLI | PANE
MERENDA: GNOCCO O STRIA

VENERDÌ

COLAZIONE: FRUTTA DI STAGIONE
PRANZO: PASTA ALLA PORTOFINO (POMODORO +
PESTO) | POLPETTE DI RICOTTA CON VERDURA
MERENDA: FRUTTA FRESCA



COSA MANGIAMO OGGI?

4^ SETTIMANA
AUTUNNO-INVERNO

LUNEDÌ

COLAZIONE: FRUTTA DI STAGIONE
PRANZO: MINISTRINA IN BRODO DI VERDURA
E FAGIOLI | FRITTATA CON VERDURE | PANE
MERENDA: YOGURT ALLA FRUTTA

MARTEDÌ

COLAZIONE: FRUTTA DI STAGIONE
PRANZO: RISO VERDE CON ZUCCHINE
PESCE IMPANATO CON VERDURA | PANE
MERENDA: PANE E MARMELLATA

MERCOLEDÌ

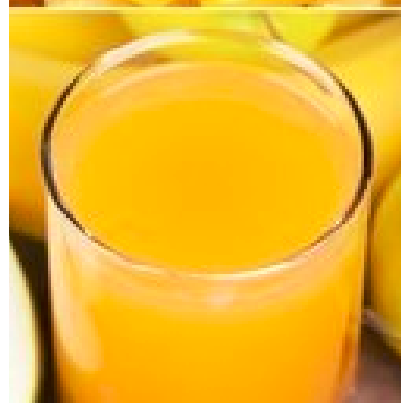
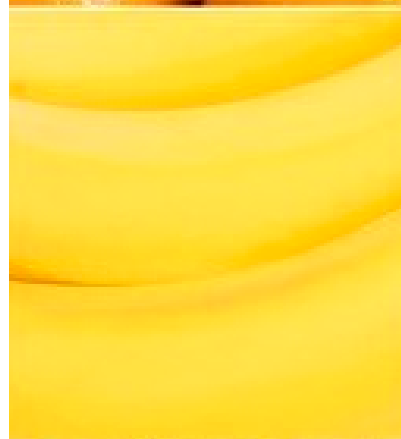
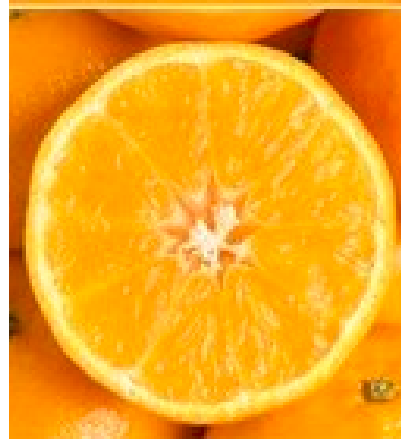
COLAZIONE: FRUTTA DI STAGIONE
PRANZO: PASTA IN BIANCO (OLIO E PARMIGIANO)
POLPETTE DI TACCHINO CON VERDURA | PANE
MERENDA: FRUTTA FRESCA

GIOVEDÌ

COLAZIONE: FRUTTA DI STAGIONE
PRANZO: PASTA AL POMODORO E BASILICO |
HAMBURGER DI CECI CON VERDURE | PANE
MERENDA: GNOCCO O STRIA

VENERDÌ

COLAZIONE: FRUTTA DI STAGIONE
PRANZO: PIATTO UNICO PIZZA E VERDURA
CRUDA
MERENDA: FRUTTA FRESCA



COSA MANGIAMO OGGI?

1^a SETTIMANA
AUTUNNO-INVERNO

LUNEDÌ

COLAZIONE: FRUTTA DI STAGIONE
PRANZO: MINISTRINA IN BRODO DI VERDURA
E FAGIOLI | FRITTATA CON VERDURE | PANE
MERENDA: YOGURT ALLA FRUTTA

MARTEDÌ

COLAZIONE: FRUTTA DI STAGIONE
PRANZO: RISO CON PISELLI
PESCE AL FORNO E VERDURA COTTA | PANE
MERENDA: PANE E MARMELLATA

MERCOLEDÌ

COLAZIONE: FRUTTA DI STAGIONE
PRANZO: PASTA AL PESTO
BOCCONCINI DI POLLO CON VERDURA | PANE
MERENDA: FRUTTA FRESCA

GIOVEDÌ

COLAZIONE: FRUTTA DI STAGIONE
PRANZO: MINISTRONE DI VERDURA CON
ORZO | POLPETTE DI MANZO CON PATATE |
PANE
MERENDA: GNOCCO O STRIA

VENERDÌ

COLAZIONE: FRUTTA DI STAGIONE
PRANZO: PASTA INTEGRALE AL TONNO |
FORMAGGI MISTI E VERDURA CRUDA
MERENDA: FRUTTA FRESCA

