



MENÙ PRIMAVERA-ESTATE

MENÙ ESTIVO dal 1 Aprile al 31 Ottobre					
	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
1° SETTIMANA	- Gnocchetti sardi al pesto - Hamburger di vitellone - Fagiolini lessi - Frutta di stagione	- Pasta fredda con pomodorini e mozzarella - Caciotta mista - Verdure al forno** - Frutta di stagione	- Pasta olio e parmigiano - Frittata con patate - Verdure crude miste** - Gelato/yogurt/budino	- Ravioli con pomodoro - Bocconcini di pollo al forno - Pomodori - Frutta di stagione	- Minestra al pomodoro con riso - Filetti di platessa impanati e cotti nel forno - Spinaci - Frutta di stagione
2° SETTIMANA	- Pasta con ragù - Prosciutto* - Zucchine trifolate - Yogurt	- Passato di verdure con riso - Pizza° - Pomodori - Frutta di stagione	- Farfalle al pomodoro - Petto di pollo con salvia - Verdure lesse** - Frutta di stagione	- Risotto allo zafferano - Tonno# - Pisellini - Frutta di stagione	- Riso freddo pomodoro e basilico - Arrosto di vitella - Carote crude - Frutta di stagione
3° SETTIMANA	- Pennette con pesto - Tacchino arrosto - Pomodori - Frutta di stagione	- Crema di ceci con crostini di pane - Polpette di vitella - Insalata mista** - Frutta di stagione	- Lasagne vegetariane - Pecorino, caciotta o primosale - Verdure al forno** - Frutta di stagione	- Pasta con olio e parmigiano - Uovo strapazzato con pomodoro - Melanzane con pomodoro - Gelato/yogurt/budino	- Pasta con pomodoro e basilico - Platessa alla mugnaia - Fagiolini lessi - Frutta di stagione
4° SETTIMANA	- Pasta alla pizzaiola - Frittata con patate - Verdure lesse** - Yogurt	- Tortellini olio e parmigiano - Cosci di pollo al forno°° - Carote crude - Frutta di stagione	- Passato di verdure con riso - Bastoncini di merluzzo cotti nel forno - Spinaci - Frutta di stagione	- Riso con olio e parmigiano - Arista di maiale - Pomodori - Frutta di stagione	- Pasta e ceci - Stracchino o ricotta - Insalata mista** - Frutta di stagione
5° SETTIMANA	- Pasta con verdure - Petto di pollo gratinato - Zucchine trifolate - Frutta di stagione	- Riso al ragù - Prosciutto* - Fagiolini lessi - Yogurt	- Gnocchetti con pomodoro§ - Polpette di pesce - Verdure lesse** - Frutta di stagione	- Riso all’olio - Fettine di vitella alla pizzaiola - Pomodori e mais - Frutta di stagione	- Crema di verdure con farro - Pizza° - Insalata mista** - Frutta di stagione

- *Crudo per primaria e secondaria 1° grado, cotto per nido e infanzia
- ** misto di almeno 2-3 verdure secondo la stagionalità
- ° per nido formaggio fresco; °°per nido e infanzia petto di pollo; #per nido pesce in padella con erbe; § per nido pasta al pomodoro

Dott.ssa Giglioni Stefania, Biologo Nutrizionista, Specialista in Scienza dell’Alimentazione
Tel 3451301731, email: stefaniagiglioni@hotmail.com, ONB n 57140 Sez. A

Azienda USL Toscana sud est
Dipartimento della Prevenzione
Dr.ssa Irene Del Ciondolo
Dirigente Medico