

Menu: EU000003377 - - Menù estivo Porcari

Pranzo

Settimana: 1

Lunedì

Pasta all'olio e parmigiano
Frittata di patate
Piselli al prosciutto
Frutta di stagione
Pane

Martedì

Riso allo zafferano
Bastoncini di merluzzo
Insalata di pomodori e cetrioli
Frutta di stagione
Pane

Mercoledì

Pasta al pomodoro
Arista al forno
Fagiolini all'olio
Frutta di stagione
Pane

Giovedì

Pasta alle zucchini
Bocconcini di parmig. reggiano
Patate al vapore
Frutta di stagione
Pane

Venerdì

Pizza
Prosciutto cotto
Insalata mista
Frutta di stagione
Pane

Lunedì

Pasta al pesto
Petto di pollo al limone
Fagiolini al vapore/pomodoro
Frutta di stagione
Pane

Martedì

Lasagne al pomodoro
Mozzarella
Insalata di pomodori
Frutta di stagione
Pane

Mercoledì

Pasta all'olio e parmigiano
Polpette di pesce
Carote fiate
Frutta di stagione
Pane

Giovedì

Minestra di verdura con pasta
Frittata di zucchini
Piselli saltati
Frutta di stagione
Pane

Venerdì

Riso alle carote
Arista al forno
Patate arrosto
Frutta di stagione
Pane

Lunedì

Pizza
Prosciutto cotto
Insalata mista con pomodori
Frutta di stagione
Pane

Martedì

Pasta al pomodoro e basilico
Insalatona (tonno, fagioli, insalata, pomodori)
Yogurt
Pane

Mercoledì

Passato di verdura con pasta
Petto di pollo al latte
Purè di patate
Frutta di stagione
Pane

Giovedì

Pasta al pesto
Polpette di manzo
Fagiolini all'olio
Frutta di stagione
Pane

Venerdì

Lasagne al sugo di pesce/pesto
Stracchino
Pomodori
Frutta di stagione
Pane

Lunedì

Riso alla crema di formaggi
Prosciutto cotto
Carote fiate e mais
Frutta di stagione
Pane

Martedì

Pasta al tonno
Tacchino arrosto
Patate arrosto
Frutta di stagione
Pane

Mercoledì

Gnocchi al pomodoro
Uova strapazzate al pomodoro
Piselli all'olio
Frutta di stagione
Pane

Giovedì

Minestra di verdura con farro/pasta
Stracchino
Fagiolini all'olio
Frutta di stagione
Pane

Venerdì

Pasta al pomodoro e basilico
Merluzzo salvia e limone
Purè di patate e carote
Yogurt
Pane

Lunedì

Pasta al ragu
Cosce di pollo arrosto
Insalata verde
Frutta di stagione
Pane

Martedì

Pasta alle verdure
Arrosto di manzo
Fagiolini all'olio
Frutta di stagione
Pane

Mercoledì

Crema di verdure con crostini
Caciotta
Insalata verde
Frutta di stagione
Pane

Giovedì

Risotto alla parmigiana
Bastoncini di merluzzo
Zucchini trifolati
Frutta di stagione
Pane

Venerdì

Pasta rosé (pomodoro e ricotta)
Frittata di zucchini
Pomodori, carote e mais
Frutta di stagione
Pane

La Dietista



Menu: EU00003424 - Menù inverno



Pranzo

Settimana: 1

Lunedì Pasta rosé (pomodoro e ricotta) Tacchino arrosto	Martedì Riso all'olio e grana Arista al forno	Mercoledì Pasta al ragu vegetale Caciotta	Giovedì Ravioli al pomodoro Pescce croccante al forno/merluzzo salvia e limone/livornese	Venerdì Passato di verdura con pasta/riso Frittata di zuccchine
Fagiolini al vapore Frutta di stagione Pane	Spinaci all'olio Frutta di stagione Pane	Carote filate Frutta di stagione Pane	Purè di patate Frutta di stagione Pane	Insalata verde Yogurt Pane
Lunedì Pasta al pesto Cosce di pollo arrosto Fagiolini al vapore/pomodoro Frutta di stagione Pane	Martedì Passato di legumi con riso Stracchino Carote e finocchi filati Frutta di stagione Pane	Mercoledì Pasta ai broccoli bianca Pescce alla mugnaia Piselli all'olio Frutta di stagione Pane	Giovedì Pasta all'olio Hamburger di manzo Bietola saltata Frutta di stagione Pane	Venerdì Lasagne al ragu di carne Lasagne al ragu di carne
Lunedì Pasta all'ortolana Formaggio fresco primosale Finocchi saltati Frutta di stagione Pane	Martedì Pasta al pomodoro Bastoncini di merluzzo Piselli all'olio Frutta di stagione Pane	Mercoledì Riso all'olio Frittata al formaggio Spinaci all'olio Frutta di stagione Pane	Giovedì Prosciutto cotto Pizza Insalata mista Frutta di stagione Pane	Venerdì Pasta rosé (pomodoro e ricotta) Polpette di manzo Tris di verdure al forno Frutta di stagione Pane
Lunedì Pasta all'olio Cosce di pollo arrosto Carote filate Frutta di stagione Pane	Martedì Pasta al pesto Prosciutto cotto Bietola saltata Frutta di stagione Pane	Mercoledì Brodo di carne con pasta Hamburger di manzo Fagiolini al vapore Frutta di stagione Pane	Giovedì Pasta al pomodoro Ricotta Insalata verde Frutta di stagione Pane	Venerdì Ravioli burro e salvia Polpette di pesce Purè di patate Frutta di stagione Pane
Lunedì Brodo vegetale con pasta Petto di pollo al latte Patate al vapore Frutta di stagione Pane	Martedì Risotto alla parmigiana Merluzzo al pomodoro Tris di verdure al forno Frutta di stagione Pane	Mercoledì Pasta ai broccoli Frittata al formaggio Spinaci all'olio Frutta di stagione Pane	Giovedì Lasagne al ragu di carne Patate e carote lesse Yogurt Pane	Venerdì Riso al pomodoro Stracchino Carote e finocchi filati Frutta di stagione Pane

Settimana: 2

Settimana: 3

Settimana: 4

Settimana: 5

La Dietista