



	<u>PRIMA SETTIMANA</u>	<u>SECONDA SETTIMANA</u>	<u>TERZA SETTIMANA</u>	<u>QUARTA SETTIMANA</u>
MONDAY	Pasta tricolore agli aromi Frittata Carote olio e limone Pane / Frutta	Pasta integrale con pomodoro e basilico Frittata alle erbe aromatiche Carote olio e limone Pane / Frutta	Cereali misti con pomodoro e basilico Frittata con zucchine Fagiolini Pane / Frutta	Pasta alla crema di melanzane Pesce Carote olio e limone Pane / Frutta
TUESDAY	Passato di verdura e legumi con cereali misti Petto di pollo/Cosce di pollo agli aromi Insalata verde Pane / Frutta	Vellutata di cannellini con crostini Straccetti di lonza al limone Fagiolini Pane / Frutta	Crema di legumi con riso e farro Pesce e patate al forno Carote in insalata Pane / Frutta	Buffet di verdure e legumi Pasta al pesto/besciamella e verdure Pane / Frutta
WEDNESDAY	Buffet di verdure e legumi Pizza Margherita Risotto agli asparagi Formaggio Branzi Insalata mista Pane / Frutta	Pasta alle verdure Pesce Erbette/spinaci Pane / Frutta	Pasta integrale al sugo di pomodoro Polpetta di verdure Misto verdure al forno Pane / Frutta	Pasta al ragù di pesce Tortino di verdure Insalata verde Pane / Frutta
THURSDAY	Pasta alla crema di pomodoro, melanzane e zucchine Pesce Erbette/spinaci Pane / Frutta	Risotto allo zafferano Legumi Insalata mista Pane / Frutta	Ravioli di magro olio e salvia Bocconcini di pollo Pomodori e mais Pane / Frutta	Antipasto di verdure crude Macinata di vitellone con purè Pane / Frutta
FRIDAY	Buffet di verdure e legumi Pizza Margherita Risotto agli aromi Formaggio Branzi Insalata mista Pane integrale o ai cereali / Frutta	Pasta al pesto Insalata caprese (mozzarella e pomodori) Pane integrale o ai cereali / Frutta	Pasta con sugo di piselli Grana Misto verdure crude Pane integrale o ai cereali / Frutta	Risotto con zucchine Insalata estiva formaggio fresco Pane integrale o ai cereali / Frutta

NOTE:

- * Pane a ridotto contenuto di sale (1.7% riferito alla farina) servito dopo il primo piatto
- * E' previsto il solo utilizzo di sale iodato in quantità ridotta come da Linee Guida
- * Grammature in linea con il documento ATS
- * Olio extravergine di oliva come unico condimento
- * Frutta fresca di stagione almeno 3 varietà a settimana (tra: mela banana uva melone pesca albicocca prugna.....)
- * Alternanza nella settimana di tipologia di pesce tra sogliola e merluzzo - no prodotti pre fritti
- * NON è previsto l'utilizzo di glutammato monosodico nelle preparazioni
- * Le grammature del 2 piatto vengono modulate in relazione all'eventuale fonte proteica es. legumi del primo piatto
- * Utilizzo acqua di rete

Servizio Dietetico
Dr. Stefano Cattorini