

settimana	PRIMA	SECONDA	TERZA	QUARTA
<b>LUNEDI'</b>	Pasta in bianco Zucchine Frittata Pane Merenda: prugna*	Riso freddo prosciutto piselli emmental e pomodorini Carote julienne Pane Merenda: albicocca*	Farro con pomodorini carote zucchine feta Finocchi gratinati Pane Merenda: banana*	Pasta integrale al ragù vegetale Ricotta Fagiolini Pane Merenda: albicocca*
<b>MARTEDI'</b>	Risotto con zucchine Formaggio crescenza Insalata Pane Merenda: mela*	Orzotto al pomodoro Frittata Zucchine Pane Merenda: pera*	Ravioli di magro Polpette di ceci Carote Pane Merenda: mela*	Riso freddo prosciutto piselli emmental e pomodorini Carote cotte Pane Merenda: melone*
<b>MERCOLEDI'</b>	Petto di pollo panato Patate Pomodori Pane Merenda: melone*	Pasta pomodoro ricotta e basilico Ceci Pane Merenda: torta alle mele *	Pasta al pesto Platessa panata al forno Pomodori Pane Merenda: kiwi*	Arrosto di tacchino Patate Barbabietole Pane Merenda: yogurt bianco*
<b>GIOVEDI'</b>	Riso al pomodoro Platessa agli agrumi Broccoli Pane Merenda: banana*	Arrosto di tacchino Patate Barbabietole Pane Merenda: anguria*	Gnocchetti di grano saraceno al pomodoro Frittata Insalata mista Pane Merenda: pera*	Pasta con zucchine Platessa panata al forno Pomodori e cetrioli Merenda: banana*
<b>VENERDI'</b>	Pasta fredda pomodorini zucchine basilico Fave Pane Merenda: pesca*	Pizza marinara Crescenza Insalata mista Pane Merenda: kiwi*	Insalata di farro con pomodori e ceci Zucchine Pane Merenda: pesca*	Piadina crescenza e prosciutto cotto Insalata mista Pane Merenda: anguria*

**N.B. La presente tabella dietetica è in attesa di approvazione da parte di ASST Lariana**

\* POSSONO ESSERE SOMMINISTRATE ALTRE TIPOLOGIE DI FRUTTA A SECONDA DELLA DISPONIBILITA'

**ALLERGENI:** GLUTINE - CROSTACEI - MOLLUSCHI - PESCE - LATTE E DERIVATI - UOVA E DERIVATI - SEDANO - FRUTTA A GUSCIO - ARACHIDI E DERIVATI - SOIA - SESAMO - LUPINI - SENAPE - ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI

## RICETTARIO estivo

<b><u>SUGHI</u></b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• SUGO DI POMODORO: pomodori pelati, cipolla, carota, sale iodato, olio evo, basilico.</li><li>• RAGÙ VEGETALE: pelati, zucchine, carote, erbetto, porri, origano, sale iodato, olio evo.</li><li>• BESCIAPELLA: latte, farina, burro, sale iodato, noce moscata.</li><li>• PESTO: basilico, pinoli, formaggio, olio evo.</li></ul>
<b><u>PRIMI</u></b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• PASTA IN BIANCO: pasta, olio evo, sale iodato.</li><li>• RISOTTO ALLE ZUCCHINE: riso, zucchine, porri, sale iodato, olio evo.</li><li>• RISOTTO AL POMODORO: riso, sugo di pomodoro, sale iodato.</li><li>• PASTA FREDDA: pasta, pomodorini, zucchine, basilico, olio evo, sale iodato.</li><li>• RISO FREDDO: riso, emmental, cubetti di prosciutto cotto, pomodorini, piselli, olio evo, sale iodato.</li><li>• ORZOTTO AL POMODORO: orzo, sugo di pomodoro, olio evo, sale iodato.</li><li>• PASTA POMODORO, RICOTTA E BASILICO: pasta, sugo di pomodoro, ricotta, basilico, sale iodato, olio evo.</li><li>• FARRO: farro, pomodorini, carote, zucchine, feta, olio evo, sale iodato.</li><li>• RAVIOLI DI MAGRO: pasta all'uovo, ricotta, spinaci, olio evo, sale iodato, salvia.</li><li>• PASTA AL PESTO: pasta, pesto, olio evo, sale iodato.</li><li>• GNOCCHETTI DI GRANO SARACENO: pasta di grano saraceno, sugo di pomodoro, ricotta, sale iodato, olio evo.</li><li>• INSALATA DI FARRO: farro, pomodorini, ceci, olio evo, sale iodato.</li><li>• PASTA INTEGRALE AL RAGÙ VEGETALE: pasta integrale, ragù vegetale, sale iodato, olio evo.</li><li>• PASTA CON ZUCCHINE: pasta, zucchine, porri, sale iodato, olio evo.</li></ul>
<b><u>SECONDI</u></b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• FRITTATA: uova, porri, origano, sale iodato, olio evo.</li><li>• PETTO DI POLLO PANATO: pollo, pangrattato, uova, olio evo.</li><li>• ARROSTO DI TACCHINO: tacchino, cipolla, carote, sedano, aglio, sale iodato, olio evo.</li><li>• PIZZA MARINARA: base pizza, pomodoro, origano, basilico, sale iodato, olio evo.</li><li>• PLATESSA AGLI AGRUMI: platessa, agrumi, sale iodato, olio evo, farina.</li><li>• POLPETTE DI CECI: ceci, carote, farina, pangrattato, olio evo, sale iodato.</li><li>• PLATESSA PANATA AL FORNO: platessa, uova, pangrattato, sale iodato, olio evo.</li><li>• PIADINA: piadina, prosciutto cotto, crescenza, olio evo.</li></ul>
<b><u>FORMAGGI</u></b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• CRESCENZA, RICOTTA, EMMENTAL.</li></ul>
<b><u>CONTORNI</u></b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• ZUCCHINE, CAROTE, PATATE, FINOCCHI, CAVOLFIORRE, BROCCOLI, ERBETTE, FAGIOLINI, BARBABIETOLE, MELANZANE, POMODORI, CETRIOLI, INSALATA VERDE, RADICCHIO, CRAUTI: olio evo, sale iodato.</li></ul>
<b><u>LEGUMI</u></b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• CECI, PISELLI: olio evo, sale iodato.</li></ul>