

settimana	PRIMA	SECONDA	TERZA	QUARTA
LUNEDI'	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*
MARTEDI'	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*
MERCOLEDI'	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*
GIOVEDI'	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*
VENERDI'	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

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