



MENU' ASILI E MATERNE
MENU'DI AUTUNNO DAL 02 AL 26 NOVEMBRE

	NA dal 02 al 05 novembre	SECONDA SETTIMANA dal 08 al 12 novembre	TERZA SETTIMANA dal 15 al 19 novembre	QUARTA SETTIMANA dal 22 al 26 novembre
LUNEDI'	pasta olio e grana 1, 2,3 frittata con formaggio 3, 2 spinaci * frutta	pasta integrale con zucchine 1 scaloppina di lonza al limone 1 pure 2 frutta	pasta al pesto 1,2,3,5 prosciutto cotto pomodori e insalata frutta	risotto e verdure(riso integrale,2,3 arrosto di tacchino spinaci * frutta
MARTEDI'	passato di verdura* con farro 1 arrosto pollo al latte 2 carote al vapore * yogurt 2	passato di verdure* con orzo 1 platessa*gratinata 1 4 spinaci * budino cioccolato 2	crema di fagioli con pasta 1 zucchine yogurt 2	pasta olio salvia e grana 1,2,3 cuore di nasello* gratinato 1,4 insalata verde yogurt
MERCOLEDI'	pastina in brodo 1 polpettine di manzo 1,2 polenta frutta	pizza margherita 1,2 fettina di prosciutto cotto carote* al vapore frutta	risotto alla parmigiana 2,3 nasello alla mugnaia 4 erbette * frutta	passato di verdure* con farro 1 straccetti pollo al forno purè 2 frutta
GIOVEDI'	risotto giallo (con zucca) 2,3 cuore di nasello *gratinato 1, 4 patate al vapore budino vaniglia	gnocchetti di patate al ragu 1 fettina di tacchino ai ferri zucchine yogurt	ravioli magro olio e salvia 1,2,3 mozzarella 2 carote e mais frutta	pasta integrale al pomodoro 1 frittata con formaggio 2,3 carote* al vapore budino
VENERDI'	crema di legumi con pasta 1 formaggio fresco 2 insalata e pomodori frutta	pastina in brodo 1 frittata al formaggio 2,3 patate al vapore frutta	pasta al pomodoro 1 polpettine al forno 1,2, patate al forno budino	lasagne (piatto unico) 1,2,3 per ragu solo carne di manzo carote * vapore frutta

* alimento surgelato all'origine

allergeni: 1= glutine, 2 latte e derivati, 3 uova e derivati, 4 pesce, 5 frutta secca in guscio
nelle preparazioni di cucina viene utilizzato solo brodo vegetale fresco

MARINA MESSINA
ECONOMA DIETISTA
Tel. 090-299025
e-mail: messina@consulenzaristorative.it