



## Menù Vegano Estivo

	1° Settimana	2° Settimana	3° Settimana	4° Settimana
<b>Lunedì</b>	<p>PASTA POMODORO E RICOTTA VEG.</p> <p>BURGER VEGETALE</p> <p>FAGIOLINI ALL'OLIO</p> <p>FRUTTA</p>	<p>PASTA AL POMODORO</p> <p>LEGUMI MISTI</p> <p>CAROTE AL VAPORE/POMODORI E CETRIOLI</p> <p>FRUTTA</p>	<p>RISO PRIMAVERA</p> <p>BURGER VEGETALE</p> <p>CAROTE AL FORNO/INSALATA MISTA</p> <p>FRUTTA</p>	<p>GNOCCHI AL POMODORO</p> <p>PISELLI STUFATI</p> <p>CAROTE JULIENNE</p> <p>FRUTTA</p>
<b>Martedì</b>	<p>PIZZA CON VERDURE</p> <p>POMODORI E CETRIOLI/CAROTE JULIENNE E MAIS</p> <p>FRUTTA</p>	<p>RISO ALL'OLIO</p> <p>BURGER VEGETALE</p> <p>BIETE/SPINACI SALTATI</p> <p>FRUTTA</p>	<p>PASTA E CECI</p> <p>BURGER VEGETALE</p> <p>INSALATA</p> <p>FRUTTA</p>	<p>PASTA AL RAGU' VEGETALE</p> <p>CECI ALL'OLIO</p> <p>ZUCCHINE SALTATE/CONTORNO DI STAGIONE</p> <p>FRUTTA</p>
<b>Mercoledì</b>	<p>GNOCCHI AL POMODORO</p> <p>LEGUMI MISTI</p> <p>SPINACI AL LIMONE/ZUCCHINE TRIFOLATE</p> <p>FRUTTA</p>	<p>PASTA ALL'OLIO</p> <p>CECI ALL'OLIO</p> <p>FAGIOLINI ALL'OLIO</p> <p>FRUTTA</p>	<p>PASTA ALLA MARINARA</p> <p>CECINA</p> <p>POMODORI</p> <p>FRUTTA</p>	<p>PASTA AL PESTO</p> <p>LEGUMI MISTI</p> <p>PATATE ARROSTO/PATATE LESSE</p> <p>FRUTTA</p>
<b>Giovedì</b>	<p>PASTA ALL'OLIO</p> <p>CECI ALL'OLIO</p> <p>PATATE ARROSTO/PATATE LESSE</p> <p>FRUTTA</p>	<p>PASTA ALLA PIZZAIOLA</p> <p>PISELLI STUFATI</p> <p>ZUCCHINE TRIFOLATE</p> <p>FRUTTA</p>	<p>RISO AL POMODORO</p> <p>CECI ALL'OLIO</p> <p>BIETE/SPINACI SALTATI</p> <p>FRUTTA</p>	<p>PASTA ALL'OLIO</p> <p>BURGER VEGETALE</p> <p>INSALATA DI POMODORI/ZUCCHINE AL FORNO</p> <p>FRUTTA</p>
<b>Venerdì</b>	<p>RISO ALL'OLIO</p> <p>PISELLI STUFATI</p> <p>ZUCCHINE TRIFOLATE/INSALATA MISTA</p> <p>FRUTTA</p>	<p>PASTA PESTO E POMODORINI</p> <p>POLPETTE VEGETALI</p> <p>FAGIOLINI ALL'OLIO/POMODORI</p> <p>FRUTTA</p>	<p>PASTA ALL'OLIO</p> <p>POLPETTE VEGETALI</p> <p>ZUCCHINE SALTATE/FAGIOLINI AL VAPORE</p> <p>FRUTTA</p>	<p>PIZZA CON VERDURE</p> <p>INSALATA MISTA</p> <p>FRUTTA</p>