

## MENU DIETE NO PRODOTTI DELLA PESCA E DI CARNI

Settimana 1				
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
16-set	17-set	18-set	19-set	20-set
Pasta con sugo di pomodoro freddo	Pasta e ceci (minestra)	Pasta al pesto di basilico fresco	Ravioli ricotta e spinaci all'olio	Risotto con le zucchine
Caciotta	Polpette di lenticchie	Uovo sodo	Gâteau di patate e formaggio no prosciutto cotto	Fagioli all'uccelletto (secondo)
Insalata mista (lattuga, carote, cetrioli, pomodori)	Pomodori e basilico	Cannellini all'olio (contorno)	Insalata verde	Carote filangè
Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco

Settimana 2				
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
23-set	24-set	25-set	26-set	27-set
Pasta olio e parmigiano	Pasta con le zucchine	Risotto alla parmigiana	Pasta rosé	Bruschetta al pomodoro e basilico
Edamer	Frittata con il porro	Hamburger di legumi misti	Frittata con le patate	Fagioli all'uccelletto
Fagiolini all'olio	Spinaci all'olio	Pomodori e cetrioli	Zucchine trifolate	Insalata verde
Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale

Settimana 3				San francesco Menu umbro
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
30-set	01-ott	02-ott	03-ott	04-ott
Pasta integrale alla pomarola toscana	Pasta burro e parmigiano	Risotto con zucca gialla	Pasta pasticciata	Strangozzi al pomodoro
Uova strapazzate	Fagioli all'uccelletto	Stracchino	Legumi agli aromi	Caciotta umbra
Finocchi bastoncino	Zucchine trifolate	Cannellini all'olio (contorno)	Insalata mista (lattuga e carote)	Lenticchie in umido (contorno)
Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Biscotto di frolla
Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco

Settimana 4				
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
07-ott	08-ott	09-ott	10-ott	11-ott
Pasta olio e parmigiano	Spaghetti alla pomarola toscana	Pasta al pesto genovese	Risotto alla parmigiana	Minestra di riso in brodo vegetale
Frittata al formaggio	Lenticchie stufate	Legumi agli aromi	Mozzarella	Gâteau di patate e formaggio no prosciutto cotto
Zucchine trifolate	Fagiolini all'olio	Pomodori e basilico	Bieta all'olio	Patate arrosto al rosmarino
Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale

Settimana			Menu A Pranzo con Uga La Tartaruga	
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
14-ott	15-ott	16-ott	17-ott	18-ott
Pasta al sugo finto	Pasta con la besciamella	Pasta integrale rosé	Bastoncini di verdure crude	Passato di verdure con riso
Edamer	Gâteau di patate e formaggio no prosciutto cotto	Uovo sodo	Hamburger di legumi misti	Uova strapazzate con pomodoro
Fagiolini all'olio	Carote filangè	Insalata verde	Patate arrosto al rosmarino	Piselli stufati
Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	Panino hamburger	Pane bianco
Settimana		Menu emiliano		
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
21-ott	22-ott	23-ott	24-ott	25-ott
Risotto al pomodoro	Pasta olio e parmigiano	Lasagne al pomodoro	Pasta al ragù di lenticchie	Pasta al pomodoro capperi e olive
Frittata con il porro	Lenticchie stufate	Mozzarella	Stracchino	Polpette di lenticchie
Spinaci all'olio	Insalata mista (lattuga e finocchi)	Insalata verde	Fagiolini all'olio	Carote alla parmigiana
Frutta	Frutta	Pere dell'Emilia Romagna IGP	Frutta	Frutta
Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale
Settimana				7
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
28-ott	29-ott	30-ott	31-ott	01-nov
Pastina in brodo vegetale	Pasta alla pomarola toscana	Pizza margherita	Risotto con zucca gialla	
Caciotta	Uova strapazzate al pomodoro	Edamer	Hamburger di legumi misti	
Fagiolini all'olio	Finocchi gratinati	Insalata mista (lattuga e carote)	Spinaci al burro	
Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	
Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	
Settimana 8		Menu toscano		
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
04-nov	05-nov	06-nov	07-nov	08-nov
Pasta alla pomarola toscana	Riso all'olio	Pasta con il pesto di cavolo nero	Pasta e fagioli	Pasta al pesto genovese
Stracchino	Falafel	Frittata trippata al pomodoro	Polpette di lenticchie	Mozzarella
Spinaci all'olio	Insalata mista (lattuga, finocchi, carote)	Patate lesse	Insalata verde	Carote filangè
Frutta	Frutta	Cioccolato 50%	Frutta	Frutta
Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale

Settimana 9				
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
11-nov	12-nov	13-nov	14-nov	15-nov
Ravioli ricotta e spinaci all'olio	Pastina in brodo vegetale	Risotto ai formaggi	Pasta al pesto genovese	Crema autunnale con riso
Uova strapazzate	Falafel	Fagioli cannellini all'olio	Hamburger di legumi misti	Gâteau di patate e formaggio no prosciutto cotto
Finocchi gratinati	patate lesse	Carote all'olio	Spinaci all'olio	Piselli stufati
Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco
Settimana 10				
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
18-nov	19-nov	20-nov	21-nov	22-nov
Pasta alla pomarola toscana	Pasta integrale rosé	Crema di lenticchie con pastina	Vellutata di zucca con riso	Pasta con crema di broccoli
Frittata con il porro	Hamburger di legumi misti	Edamer	Stracchino	Falafel
Insalata di cavolo cappuccio	Carote stufate	Fagiolini all'olio	Insalata mista (lattuga e finocchi)	Ceci all'olio (contorno)
Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Piadina	Pane integrale

Settimana 11				
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
25-nov	26-nov	27-nov	28-nov	29-nov
Pasta burro e parmigiano	Crema invernale con riso Stracchino	Pasta con la besciamella	Pasta al sugo finto	Pastina in brodo vegetale
Uova strapazzate		Crocchette di ceci	Legumi agli aromi	Frittata trippata al pomodoro
Insalata mista (lattuga e radicchio rosso)	patate lesse	Bastoncini di finocchi	Carote all'olio	Fagiolini all'olio
Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco
Settimana	Menu lombardo			
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
02-dic	03-dic	04-dic	05-dic	06-dic
Pasta alla carrettiera	Risotto allo zafferano	Pastina in brodo vegetale	Risotto alla parmigiana	Pasta alla pomarola toscana
Caciotta	Polpette di lenticchie	Uova strapazzate al pomodoro	Fagioli all'uccelletto (secondo)	Gâteau di patate e formaggio no prosciutto cotto
Carote stufate	Insalata mista (lattuga e radicchio rosso)	Patate lesse	Finocchi stufati	Spinaci all'olio
Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale

Settimana				13	Menu trentino
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Santa lucia	
09-dic	10-dic	11-dic	12-dic	13-dic	
Spaghetti alla pomarola toscana	Pasta burro e parmigiano	Pastina in brodo vegetale	Risotto con zucca gialla	Spätzle tirolesi con burro	
Lenticchie stufate	Crocchette di legumi	Gâteau di patate e formaggio no prosciutto cotto	Frittata con le patate	Trentin grana	
Carote filangè	Verza e carote stufata	patate lesse	Bieta all'olio	Insalata di cavolo cappuccio	
Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	
Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	

Settimana				14	Anticipo del natale
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	
16-dic	17-dic	18-dic	19-dic	20-dic	
Pasta alla pomarola toscana	Pasta integrale rosé	Vellutata di carote con pastina	Risotto alla parmigiana	Pastina in brodo vegetale	
Edamer	Uova strapazzate	Polpette di lenticchie	Gâteau di patate e formaggio no prosciutto cotto	Crocchette di legumi	
Finocchi e olive nere	Insalata verde	Fagiolini all'olio	Insalata verde	Patate lesse	
Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Pandoro	
Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	

Settimana					15
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	
23-dic	24-dic	25-dic	26-dic	27-dic	
Pasta burro e parmigiano					
Uova strapazzate al pomodoro					
Fagiolini all'olio					
Frutta					
Pane bianco					

Settimana					15
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	
06-gen	07-gen	08-gen	09-gen	10-gen	
	Pasta alla pomarola toscana	Pasta al pesto genovese	Pasta olio e parmigiano	Minestra di riso in brodo vegetale	
	Lenticchie stufate	Stracchino	Falafel	Frittata al formaggio	
	Finocchi bastoncino	Carote all'olio	Insalata verde	patate lesse	
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	
	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	

Settimana				16	S. Antonio abate Inizio del carnevale
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	
13-gen	14-gen	15-gen	16-gen	17-gen	
Pastina in brodo vegetale	Risotto con zucca gialla	Pasta alla pomarola toscana	Pasta burro e parmigiano	Polenta al pomodoro	
Mozzarella	Hamburger di legumi misti	Frittata con il porro	Falafel	Caciotta	
Spinaci all'olio	Patate arrosto al rosmarino	Fagiolini all'olio	Insalata verde	Carote all'olio	
Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	
Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	

Settimana					17
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	
20-gen	21-gen	22-gen	23-gen	24-gen	
Pasta integrale rosé	Riso all'olio	Pasta e fagioli	Pasta al sugo finto	Passato di verdure con pastina	
Frittata al formaggio	Crocchette di ceci	Edamer	Polpette di lenticchie	Gâteau di patate e formaggio no prosciutto cotto	
Insalata mista (lattuga e radicchio rosso)	Finocchi bastoncino	Bieta all'olio	Carote all'olio	Verza stufata con patate	
Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	
Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	

Settimana		18	Capodanno cinese Inizio anno del serpente		
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	
27-gen	28-gen	29-gen	30-gen	31-gen	
Pasta con la besciamella	Pasta pomodoro capperi e olive	Riso cantonese no prosciutto cotto	Pasta olio e parmigiano	Lasagne al pomodoro	
Frittata con il porro	Polpette di lenticchie	Frittata con le patate	Fagioli all'uccelletto (secondo)	Caciotta	
Spinaci all'olio	Carote alla parmigiana	Verdure saltate (zucchine e carote)	Insalata mista (lattuga e finocchi)	Fagiolini all'olio	
Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	
Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	

Settimana					19
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	
03-feb	04-feb	05-feb	06-feb	07-feb	
Pasta alla pomarola toscana	Risotto con zucca gialla	Pastina in brodo vegetale	Risotto alla parmigiana	Pasta al sugo finto	
Edamer	Crocchette di ceci	Frittata trippata al pomodoro	Uova strapazzate al pomodoro	Falafel	
Verza e carote stufata	Fagiolini all'olio	Carote alla parmigiana	Zucca e patate al forno	Insalata verde	
Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	
Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	

Settimana		Menu campano		
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
10-feb	11-feb	12-feb	13-feb	14-feb
Minestra di lenticchie	Risotto con zucca gialla	Pasta alla sorrentina	Spaghetti alla pomarola toscana	Pasta burro e parmigiano
Stracchino	Hamburger di legumi misti	Frittata di pasta (ditalini)	Crocchette di ceci	Polpette di lenticchie
Insalata verde	Purè di patate	Carote alla parmigiana	Finocchi all'olio	Spinaci all'olio
Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale

Settimana				
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
17-feb	18-feb	19-feb	20-feb	21-feb
Orecchiette al pomodoro	Vellutata di zucca con riso	Risotto alla parmigiana	Pizza margherita	Pasta olio e parmigiano
Caciotta	Lenticchie stufate	Uova strapazzate al pomodoro	Edamer	Falafel
Finocchi all'olio	Fagiolini all'olio	Purè di patate	Insalata verde	Carote all'olio
Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco

Settimana			Giovedì grasso	
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
24-feb	25-feb	26-feb	27-feb	28-feb
Risotto al pomodoro	Pasta e fagioli	Pasta al pesto genovese	Lasagne al pomodoro	Pasta con la besciamella
Uova strapazzate	Falafel	Polpette di lenticchie	Caciotta	Gâteau di patate e formaggio no prosciutto cotto
Spinaci all'olio	Finocchi gratinati	Carote all'olio	Insalata verde	Piselli stufati
Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale

Settimana	Marte grasso			
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
03-mar	04-mar	05-mar	06-mar	07-mar
Pasta olio e parmigiano	Pasta alla pomarola toscana	Pasta integrale alla pomarola toscana	Pasta e ceci (minestra)	Risotto alla parmigiana
Frittata con il porro	Caciotta	Edamer	Uova strapazzate	Hamburger di legumi misti
Lenticchie in umido (contorno)	Insalata verde	Finocchi gratinati	patate lesse	Spinaci all'olio
Frutta	Cioccolato 50%	Frutta	Frutta	Frutta
Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco

Settimana					24
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	
10-mar	11-mar	12-mar	13-mar	14-mar	
Pasta al pesto genovese	Ravioli ricotta e spinaci all'olio	Risotto al pomodoro	Vellutata di carote con pastina	Pasta rosé	
Frittata al formaggio	Gâteau di patate e formaggio no prosciutto cotto	Legumi agli aromi	Uova strapazzato	Crocchette di ceci	
Insalata mista (lattuga, finocchi, carote)	Broccolo gratinato	Spinaci all'olio	Patate arrosto al rosmarino	Insalata verde	
Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	
Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	

Settimana					25
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	
17-mar	18-mar	19-mar	20-mar	21-mar	
Pasta al sugo finto	Pasta olio e parmigiano	Pasta alla pomarola toscana	Pastina in brodo vegetale	Pasta con la besciamella	
Mozzarella	Hamburger di legumi misti	Frittata con le patate	Gâteau di patate e formaggio no prosciutto cotto	Crocchette di legumi	
Insalata verde	Spinaci all'olio	Carote all'olio	patate lesse	Insalata mista (lattuga finocchi, carote, mais)	
Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	
Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	

Settimana	Martedì Capodanno fiorentino			
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
24-mar	25-mar	26-mar	27-mar	28-mar
Pasta con la besciamella	Pappa al pomodoro	Cous cous con verdure	Ravioli burro e salvia	Pasta al sugo finto
Uova strapazzate	Lenticchie stufate	Falafel	Caciotta	Polpette di lenticchie
Insalata mista (lattuga e finocchi)	Broccolo gratinato	Fagiolini all'olio	Spinaci all'olio	Carote filangè
Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale
Settimana	Pesce d'aprile			
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
31-mar	01-apr	02-apr	03-apr	04-apr
Minestra di lenticchie	Passato di verdure con riso	Pasta al pesto genovese	Pasta integrale alla pomarola toscana	Pasta burro e parmigiano
Mozzarella	Edamer	Hamburger di legumi misti	Frittata di zucchine	Gâteau di patate e formaggio no prosciutto cotto
Insalata mista (lattuga e finocchi)	Patate lesse	Fagiolini all'olio	Insalata verde	Carote filangè
Frutta	Cioccolato 50%	Frutta	Frutta	Frutta
Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco

Settimana				28	Menu A Pramzo con Uga La Tartaruga
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	
07-apr	08-apr	09-apr	10-apr	11-apr	
Risotto al pomodoro	Crema primaverile con riso	Pasta olio e parmigiano	Bastoncini di finocchi Stracchino	Pasta rosé	
Uova strapazzate con cipolle	Frittata trippata al pomodoro	Polpette di ceci		Falafel	
Insalata verde	Spinaci saltati	Carote all'olio	Purè di patate	Insalata mista (lattuga, carote, cetrioli, mais)	
Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	
Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Piadina	Pane integrale	

Settimana				29
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì santo	Venerdì santo
14-apr	15-apr	16-apr	17-apr	18-apr
Riso con piselli	Pasta alla pomarola toscana	Minestra di riso con patate		
Stracchino	Hamburger di legumi misti	Frittata con il porro		
Fagiolini all'olio	Insalata verde	Carote alla parmigiana		
Frutta	Frutta	Frutta		
Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco		

Settimana				30
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
21-apr	22-apr	23-apr	24-apr	25-apr
		Risotto con le zucchine	Pizza margherita	
		Edamer	Edamer	
		Fagiolini all'olio	Insalata mista (lattuga e carote)	
		Frutta	Frutta	
		Pane integrale	Pane bianco	



Settimana				
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
28-apr	29-apr	30-apr	01-mag	02-mag
Risotto al pomodoro	Ravioli ricotta e spinaci all'olio	Pasta al pomodoro con zucchine		Pasta burro e parmigiano
Lenticchie stufate	Gâteau di patate e formaggio no prosciutto cotto	Uova strapazzate		Uova strapazzate al pomodoro
Carote filangè	Piselli stufati	Insalata verde		Fagiolini all'olio
Frutta	Frutta	Frutta		Frutta
Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale		Pane bianco

Settimana				
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
05-mag	06-mag	07-mag	08-mag	09-mag
Pasta integrale alla pomarola toscana	Riso all'olio	Pasta con le zucchine	Pasta rosé	Bruschetta al pomodoro e basilico
Caciotta	Polpette di ceci	Fagioli all'uccelletto (secondo)	Uova strapazzate al pomodoro	Polpette di lenticchie
Finocchi all'olio	Piselli stufati	Insalata verde	Zucchine trifolate	Spinaci saltati
Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco

Settimana				
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
12-mag	13-mag	14-mag	15-mag	16-mag
Spaghetti alla pomarola toscana	Pasta olio e parmigiano	Pizza margherita	Risotto alla parmigiana	Pasta al sugo finto
Uova strapazzate	Lenticchie stufate	Edamer	Hamburger di legumi misti	Falafel
Zucchine trifolate	Insalata verde	Carote filangè	Pomodori e basilico	Fagiolini all'olio
Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale

Settimana				34	Fiorita - memoria della nascita della Repubblica fiorentina
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	
19-mag	20-mag	21-mag	22-mag	23-mag	
Vellutata di zucchine con riso	Pappa al pomodoro	Risotto alla parmigiana	Pasta e ceci (minestra)	Spaghetti alla pomarola toscana	
Uovo sodo	Fagioli cannellini all'olio	Crocchette di legumi	Frittata trippata al pomodoro	Caciotta	
patate lesse	Zucchine trifolate	Insalata mista (lattuga, carote, cetrioli, pomodori, mais)	Insalata verde	Cannellini all'uccelletto (contorno)	
Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Biscotto di frolla	
Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	

Settimana					35
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	
26-mag	27-mag	28-mag	29-mag	30-mag	
Pasta con sugo di pomodoro freddo	Ravioli ricotta e spinaci all'olio	Pasta al pesto di basilico fresco	Bastoncini di carote	Pasta olio e parmigiano	
Mozzarella	Hamburger di legumi misti	Crocchette di ceci	Stracchino	Gâteau di patate con formaggio no prosciutto cotto	
Carote filangè	Insalata verde	Fagiolini all'olio	Insalata mista (lattuga, cetrioli, pomodori, olive, mais)	Zucchine al pomodoro	
Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	
Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Piadina	Pane integrale	

Settimana				36	Menù A pranzo con Uguia La Tartaruga
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	
02-giu	03-giu	04-giu	05-giu	06-giu	
	Pasta al sugo finto	Pasta al pesto di basilico fresco	Risotto alla parmigiana	Bastoncini di carote	
	Uova strapazzate con zucchine	Falafel	Caciotta	Polpette di ceci	
	Pomodori e origano	Insalata verde	Carote filangè	patate lesse	
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	
	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Panino Burger	

Settimana					37
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	
09-giu	10-giu	11-giu	12-giu	13-giu	
Pasta integrale alla pomarola toscana	Riso all'olio	Pasta con sugo di pomodoro freddo	Pasta rosé	Pasta al pesto di basilico fresco	
Caciotta	Uovo sodo	Fagioli cannellini all'olio	Crocchette di ceci	Gâteau di patate e formaggio no prosciutto cotto	
Pomodori e origano	Pomodori, cetrioli, mais, fagioli	Zucchine trifolate	Fagiolini all'olio	Carote filangè	
Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	
Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	

Settimana					38
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	
16-giu	17-giu	18-giu	19-giu	20-giu	
Pasta con sugo di pomodoro freddo	Pasta olio e parmigiano	Pasta al sugo finto	Cous cous con verdure	Riso in insalata con pomodorini	
Frittata al formaggio	Caciotta	Insalata di ceci	Frittata trippata al pomodoro	Hamburger di legumi misti	
Zucchine trifolate	Fagiolini all'olio	Pomodori e basilico	Insalata verde	Carote filangè	
Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	
Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	Pane bianco	

Settimana					39
Lunedì	San Giovanni battista	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	
23-giu	24-giu	25-giu	26-giu	27-giu	
Pasta con le zucchine		Pasta con sugo di pomodoro freddo	Pasta al pesto di basilico fresco	Risotto al pomodoro	
Lenticchie stufate		Stracchino	Gâteau di patate e formaggio no prosciutto cotto	Hamburger di legumi misti	
Zucchine trifolate		Fagiolini all'olio	Pomodori e basilico	Carote filangè	
Frutta		Frutta	Frutta	Frutta	
Pane integrale		Pane integrale	Pane bianco	Pane integrale	

Settimana					40
Lunedì					
30-giu					
Cous cous con verdure					
Stracchino					
Pomodori e basilico					
Frutta					
Pane bianco					