

TABELLA DIETETICA ESTIVA

Dalla 2° settimana di Aprile alla 2° settimana di Ottobre

	1^ SETTIMANA	2^ SETTIMANA	3^ SETTIMANA	4^ SETTIMANA
LUNEDI	Pasta al pesto Prosciutto cotto o crudo Patate e carote arrosto Frutta	Pasta in bianco Frittata Verdure cotta Frutta	Gnocchi al pomodoro Prosciutto cotto o crudo Verdure gratinate Frutta	Pasta alla norma Filone di maiale Verdura cotta Frutta
MARTEDI	PIATTO UNICO: Tortellini al pomodoro Verdure gratinate Dolce	Pasta al pomodoro Cotoletta Verdura fresca Frutta	Risotto alle verdure Polpettone Verdura fresca Frutta	Insalata di farro o orzo Filetto di platessa Verdura fresca Frutta
MERCOLEDI	Pasta in bianco Frittata Verdura fresca Frutta	Pasta e piselli Formaggio Verdura fresca Frutta	Pasta e fagioli Formaggio Patate e carote arrosto Frutta	PIATTO UNICO: Pizza Verdure gratinate Frutta
GIOVEDI	Insalata di riso Bocconcini di tacchino alle olive Verdura cotta Frutta	Risotto alla milanese Roast-beef Piselli e carote Frutta	Pasta in bianco Fusi di pollo arrosto Verdura cotta Dolce	Pasta al pesto Bocconcini di pollo alla mugnaia Patate e carote lesse Yogurt
VENERDI	Pasta e piselli Bastoncini di pesce Verdura fresca Frutta	Pasta e zucchine Medaglioni merluzzo Verdura cotta Dolce	Pasta al pesce Polpette di pesce Verdura fresca Frutta	Riso e lenticchie Frittata Verdura fresca Frutta

“La Tabella potrebbe subire variazioni nel corso dell’anno per motivi di approvvigionamento delle derrate o per ragioni organizzative”