

Menù invernale dieta in bianco

1^ settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	Pasta all'olio Bocconcini di mozzarella Patate o carote lesse Mela/Banana	Polenta Formaggio fresco Fagiolini all'olio Mela/Banana	Pasta all'olio Prosciutto cotto Carote o patate lesse Mela/Banana	Riso all'olio Hamburger di tacchino Patate Mela/Banana	Pasta all'olio Pesce al vapore Carote all'olio Mela/Banana
2^ settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	Pasta all'olio Pollo al forno Carote o patate lesse Mela/Banana	Pasta all'olio Prosciutto cotto Fagiolini all'olio Mela/Banana	Pasta all'olio Mozzarella Patate o carote lesse Mela/Banana	Pasta olio, salvia e parmigiano Lonza arrosto Spinaci Mela/Banana	Riso all'olio Pesce a vapore Carote o patate lesse Mela/Banana
3^ settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	Pasta all'olio Asiago D.O.P. Finocchi al vapore Mela/Banana	Pasta all'olio Tacchino al forno Carote o patate lesse Mela/Banana	Pasta tricolore olio e parmigiano Formaggio fresco Fagiolini all'olio Mela/Banana	Riso all'olio Bresaola (p.cotto infanzia) Carote baby Mela/Banana	Pasta all'olio Pesce al vapore Carote o patate lesse Mela/Banana
4^ settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	Pasta all'olio Prosciutto cotto Fagiolini Mela/Banana	Pasta burro, salvia e parmigiano Pesce al vapore Spinaci Mela/Banana	Riso all'olio Pollo al forno Purè Mela/Banana	Pasta all'olio Arrosto di vitello Finocchi al vapore Mela/Banana	Riso olio Formaggio fresco Carote o patate lesse Mela/Banana

MENU INVERNALE DIETA PRIVA DI LATTOSIO

1^ settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	Pasta al ragù S/LATT Mozzarella S/LATTOSIO o Tacchino freddo Insalata Yogurt S/LATTOSIO	Polenta Polpette al pomodoro Fagiolini all'olio Frutta di stagione	Focaccia/pizza solo pomodoro Prosciutto cotto (½ porzione) Insalata verde Frutta di stagione	Passato di verdure con crostini S/LATT. Hamburger di tacchino Patate al forno Frutta di stagione	Pasta pesto zucchine S/LATT. Merluzzo impanato S/LATT Carote all'olio Frutta di stagione
2^ settimana		Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	Passato di verdura con farro/pasta olio S/LATT. Coscette di pollo al forno Carote e piselli all'olio Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico S/LATT Frittata c/zucchine S/LATT. Fagiolini all'olio Frutta di stagione	Pasta al ragù S/LATT. Prosciutto cotto Carote filangè Frutta di stagione	Pasta olio e salvia S/LATT Lonza arrosto Spinaci Frutta di stagione	Risotto al pomodoro S/LATT. Tonno (Merluzzo infanzia) in umido con pomodoro Insalata Budino di soia
3^ settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	Gnocchi all'olio S/LATT Prosciutto cotto Finocchi in insalata Frutta di stagione	Pasta alla zafferano S/LATT Fesa di tacchino alla boscaio- la S/LATT. Carote e insalata Frutta di stagione	Pasta tricolore all'olio S/LATT Hamburger tacchino S/LATT Fagiolini all'olio Frutta di stagione	Passato di verdura con farro S/LATT. Bresaola olio e limone <i>Prosciutto cotto infanzia</i> Carote baby Frutta di stagione	Pasta al tonno S/LATT Totani (1/2 porz.) al pomodoro Piselli e carote Yogurt S/LATTOSIO
4^ settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	Pasta pomodoro S/LATT Prosciutto cotto Fagiolini Budino di soia	Pasta olio e salvia S/LATT. Tonno in umido con pomo- doro/nasello con pomodori, capperi e olive x infanzia Spinaci S/LATT. Frutta di stagione	Gnocchi al pomodoro/ <i>chicche al pomodoro</i> S/LATT Coscette di pollo al forno Piselli trifolate Frutta di stagione	Passato di verdura con lenticchie e orzo S/LATT. Arrosto di vitello Insalata di finocchi Frutta di stagione	Riso all'olio Frittata con zucchine S/LATT Carote a fiammifero Frutta di stagione

MENU INVERNALE RELIGIOSI

1^ settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	Pasta al ragù Bocconcini di Mozzarella ½ porz Insalata Yogurt	Polenta Polpette di manzo Fagiolini all'olio Frutta di stagione	Pizza margherita FORMAGGIO da TAGLIO (½ porzione) Insalata verde Frutta di stagione	Passato di verdura e legumi con crostini Hamburger di tacchino Patate al forno Frutta di stagione	Pasta al pesto Bastoncini di merluzzo Carote all'olio Frutta di stagione
2^ settimana			Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	Passato di verdura con farro/pasta all'olio Coscette di pollo al forno Carote e piselli all'olio Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico Frittata con zucchine Fagiolini all'olio Frutta di stagione	Lasagne al ragù di carne Mozzarella Carote filangè Frutta di stagione	Pasta olio, salvia e parmi- giano TORTINO DI VERDURE Spinaci Frutta di stagione	Risotto al pomodoro Tonno (Merluzzo infanzia) in umido con pomodoro Insalata Budino
3^ settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	Ravioli di magro burro e salvia Asiago D.O.P Finocchi in insalata Frutta di stagione	Pennette allo zafferano Fesa di tacchino alla boscaiola Carote e insalata Frutta di stagione	Pasta tricolore all'olio e parmigiano Polpette manzo al pomodoro Fagiolini all'olio Frutta di stagione	Passato verdura con farro Bresaola olio, limone e sca- glie di grana Carote baby Frutta di stagione	Pasta al tonno Totani ½ porz. Al pomodoro Piselli e carote Yogurt
4^ settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	Mezze penne pomodoro e ricotta FORMAGGIO. Fagiolini Budino	Pasta burro, salvia e parmigiano Tonno in umido con pomodoro Nasello con pomodori e capperi Spinaci x infanzia Frutta di stagione	Gnocchi al pomodoro/ <i>chicche al</i> <i>pomodoro</i> Coscette di pollo al forno Piselli trifolate Frutta di stagione	Passato di verdura con len- ticchie e orzo Arrostato di vitello Insalata di finocchi Frutta di stagione	Riso all'olio Frittata con zucchine Carote a fiammifero Frutta di stagione

MENU INVERNALE VEGETARIANI

1^ settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	Pennette al pomodoro Bocconcini di mozzarella Insalata Yogurt	Polenta TORTINO DI VERDURE Fagiolini all'olio Frutta di stagione	Pizza margherita FORMAGGIO TAGLIO (½ porzione) Insalata verde Frutta di stagione	Passato di verdura e legumi con crostini FRITTATA VERDURE Patate al forno Frutta di stagione	Pasta al pesto Bastoncini di merluzzo Carote all'olio Frutta di stagione
2^ settimana		Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	Passato di verdura con orzo/ pasta all'olio BASTONCINI MERLUZZO Carote e piselli all'olio Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico Frittata con zucchine Fagiolini all'olio Frutta di stagione	Lasagne al ragù di VERDURE Mozzarella Carote filange Frutta di stagione	Pasta all'olio, salvia e parmigiano TORTINO DI VERDURE Spinaci Frutta di stagione	Risotto al pomodoro Tonno (Merluzzo infanzia) in umido con pomodoro Insalata Budino
3^ settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	Ravioli di magro olio e salvia Asiago D.O.P Finocchi in insalata Frutta di stagione	Pennette allo zafferano TORTINO DI VERDURE Carote e insalata Frutta di stagione	Pasta tricolore olio e parmigiano FRITTATA Fagiolini in insalata Frutta di stagione	Passato di verdura con farro FORMAGGIO FRESCO Carote baby Frutta di stagione	Pasta al tonno Totani ½ porz. Al pomodoro Piselli e carote Yogurt
4^ settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	Mezze penne pomodoro e ricotta FORMAGGIO Fagiolini Budino	Pasta burro, salvia e parmigiano Tonno in umido con pomodoro, nasello al pomodoro x infanzia spinaci Frutta di stagione	Gnocchi al pomodoro/ <i>chicche al pomodoro</i> TORTINO VERDURE Piselli trifolati Frutta di stagione	Passato di verdura con lenticchie e orzo BASTONCINI PESCE Insalata di finocchi Frutta di stagione	Riso all'olio Frittata con zucchine Carote a fiammifero Frutta di stagione

MENU INVERNALE DIETA SENZA GLUTINE

1^ settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	Pasta SG al ragù Bocconcini di mozzarella ½ porz. Insalata Yogurt	Polenta Polpette di manzo SG Fagiolini all'olio Frutta di stagione	PIZZA SG Prosciutto cotto (½ porzione) Insalata verde Frutta di stagione	Passato di verdure con CROSTINI SG Hamburger di tacchino Patate al forno Frutta di stagione	PASTA SG PESTO ZUCCHINE MERLUZZO PANATO SG Carote all'olio Frutta di stagione
2^ settimana		Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	Passato di verdure con RISO SG/Pasta SG olio Coscette di pollo al forno Carote e piselli all'olio Frutta di stagione	Pasta SG al pomodoro e basilico Frittata con zucchine SG Fagiolini all'olio Frutta di stagione	Lasagne SG al ragù Mozzarella Carote filange Frutta di stagione	Pasta SG olio, salvia e parmigiano Fettina di lonza arrosto Spinaci SG Frutta di stagione	Risotto al pomodoro SG Tonno (Merluzzo infanzia) in umido con pomodoroSG insalata Budino o DOLCE SG
3^ settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	Ravioli SG di magro burro e salvia Asiago D.O.P. Finocchi in insalata Frutta di stagione	PASTA SG allo zafferano Fesa di tacchino alla boscaiola SG Carote e insalata Frutta di stagione	Pasta SG olio e parmigiano Polpette al pomodoro SG Fagiolini in insalata Frutta di stagione	Passato di verdure con RISO SG Bresaola olio e limone (<i>prosciutto cotto infanzia</i>) Carote baby Frutta di stagione	Pasta SG al tonno Totani ½ porz. Al pomodoro SG Piselli e carote Yogurt
4^ settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	PASTA SG al pomodoro e ricotta Prosciutto cotto ½ porz. Fagiolini SG Budino o DOLCE SG	Pasta SG al burro, salvia e parmigiano Tonno in umido con pomodoro, nasello pomodoro SG x infanzia spinaci Frutta di stagione	Gnocchi SG al pomodoro Coscette di pollo al forno Piselli trifolati Frutta di stagione	Passato di verdure con riso SG Arrosto di vitello Insalata di finocchi Frutta di stagione	Riso all'olio SG Frittata con zucchine SG Carote a fiammifero Frutta di stagione

MENU INVERNALE VEGANI

1^ settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	Pennette al pomodoro S/LATT. CECI Insalata BUDINO DI SOIA	Polenta TORTINO VEGANO Fagiolini all'olio Frutta di stagione	FOCACCIA O PIZZA SOLO POMODORO S/LATT. FAGIOLI Insalata verde Frutta di stagione	Passato di verdura e legumi con crostini S/LATT. PISELLI Patate al forno Frutta di stagione	PASTA PESTO ZUCCH. S/LATT LENTICCHIE Carote all'olio Frutta di stagione
2^ settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	Passato di verdura con orzo/ pasta all'olio S/LATT PISELLI Carote e piselli all'olio Frutta di stagione	Pasta al pomodoro S/LATT. HAMBURGER VEGANO Fagiolini all'olio Frutta di stagione	PASTA ragù di verdure S/LATT FAGIOLI Carote filange Frutta di stagione	Pasta all'olio e salvia S/LATT TORTINO VERDURE VEGANO Spinaci Frutta di stagione	Risotto al pomodoro S/LATT LENTICCHIE Insalata Budino DI SOIA
3^ settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	GNOCCHI OLIO E SALVIA S/LATT LENTICCHIE Finocchi in insalata Frutta di stagione	Pennette zafferano S/LATT TORTINO VERD. VEGANO Carote e insalata Frutta di stagione	Pasta tricolore all'olio S/LATT FAGIOLI Fagiolini in insalata Frutta di stagione	Passato di verdura con farro S/LATT. HAMBURGER VEGANO Carote baby Frutta di stagione	PASTA AL POMODORO S/LATT. PISELLI Piselli e carote BUDINO SOIA
4^ settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	Mezze penne pomodoro S/LATT FAGIOLI Fagiolini Budino DI SOIA	Pasta olio e salvia S/LATT HAMBURGER VEGANO Spinaci S/LATT. Frutta di stagione	Gnocchi al pomodoro S/LATT VERDURE Piselli trifolati Frutta di stagione	Passato di verdura con lenticchie e orzo S/LATT FAGIOLI Insalata di finocchi Frutta di stagione	Riso all'olio S/LATT. LENTICCHIE Carote a fiammifero Frutta di stagione