

Settimana I

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
Pranzo						
Crespelle ricotta e spinaci	Tagliatelle al ragù	Gnocchi alla romana	Pasta al pesto	Minestrina	Risotto alla parmigiana	Crespelle ai funghi
Spezzatino	Lonza panata	Cosce di pollo al rosmarino	Fesa di tacchino arrosto	Polenta e Fonduta di gorgonzola	Bocconcini di tacchino	Polpette al forno
Spinaci	Finocchi cotti all'olio e limone	Contorno tricolore (carote, cavoli e broccoli)	Carote saltate	Zucchine gratinate	Fagiolini in umido	Patate e cipolle al forno
Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione e Dessert	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione e Dessert
Cena						
Vellutata di funghi	Zuppa di patate	Minestrone con riso	Raviolini in brodo	Passata di fagioli	Passato di verdure	Crema di porri con crostini
Frittata di cipolle	Merluzzo alle olive e aromi	Formaggio in crosta	Tortino di patate	Cotoletta di pesce	Pizza	Uova sode
Carote baby al forno	Verza stufata	Fagiolini all'olio e limone	Cavolini di bruxelles	Spinaci all'olio	Cavolfiori al forno	Erbette all'olio
Frutta cotta e frutta fresca di stagione	Frutta cotta e frutta fresca di stagione	Frutta cotta e frutta fresca di stagione	Frutta cotta e frutta fresca di stagione	Frutta cotta e frutta fresca di stagione	Frutta cotta e frutta fresca di stagione	Frutta cotta e frutta fresca di stagione
Alternative fisse:						
Primi piatti pranzo: pasta/riso in bianco, pasta/riso al pomodoro o pastina in brodo			Contorni: insalate miste a rotazione o purea di patate			
Primi piatti cena: semolino in brodo o pastina in brodo			Merenda: budino, yogurt o mousse di frutta			
Secondi piatti: pesce o pollo lessato, affettati a rotazione o formaggio						

Settimana II

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
Pranzo						
Risotto alla pescatora	Pasta in salsa rosa	Pasta alla siciliana	Pasta al sugo con olive	Risotto alla milanese	Pasta panna prosciutto e funghi	Gnocchi al pomodoro
Arista di maiale	Frittata alle verdure	Bocconcini di pollo al pomodoro	Tilapia gratinati	Rotolo arrosto di tacchino	Rollatine di pollo con pancetta	Polpettone al vino bianco
Finocchi olio e limone	Broccoletti	Spinaci all'olio	Patate al forno	Carote al forno	Fagiolini al pomodoro	Cavolfiori gratinati
Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione e Dessert	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione e Dessert
Cena						
Tortellini in brodo	Minestrone di verdure	Crema di ceci	Vellutata di zucca	Minestrone alla toscana	Passato di verdure	Zuppa di farro
Tortino di legumi	Trippa	Formaggio in crosta	Cordon bleu	Burger vegetale	Pizza	Tortino di verdura e formaggio
Carote al forno	Fagiolini olio e limone	Verza stufata	Cavolini di bruxelles	Erbette cipollate	Zucchine trifolate	Pomodori gratinati
Frutta cotta e frutta fresca di stagione	Frutta cotta e frutta fresca di stagione	Frutta cotta e frutta fresca di stagione	Frutta cotta e frutta fresca di stagione	Frutta cotta e frutta fresca di stagione	Frutta cotta e frutta fresca di stagione	Frutta cotta e frutta fresca di stagione
Alternative fisse:						
Primi piatti pranzo: pasta/riso in bianco, pasta/riso al pomodoro o pastina in brodo						
Primi piatti cena: semolino in brodo o pastina in brodo				Contorni: insalate miste a rotazione o purea di patate		
Secondi piatti: pesce o pollo lesso, affettati a rotazione o formaggio				Merenda: budino, yogurt o mousse di frutta		

Settimana III

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
Pranzo						
Risotto al radicchio	Pasta al ragù	Minestrina	Tortelli al pomodoro	Pasta ai formaggi	Pasta al ragù di tonno	Cannelloni di magro
Saltimbocca alla romana	Scaloppina di pollo alla milanese	Polenta e polpette in umido	Cosce di pollo al vino rosso	Arrotolato di vitello al forno	Limanda al pane saporito	Rotolo di coniglio
Contorno tricolore (carote, cavoli e broccoli)	Finocchi cotti all'olio e limone	Pisellini saltati	Erbette gratinate	Coste spadellate con l'aglio	Spinaci olio e limone	Zucchine trifolate
Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione e Dessert	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione e Dessert
Cena						
Raviolini in brodo	Vellutata di porri	Minestrone di verdure	Crema di fagioli con crostini	Zuppa di cereali	Crema di carote con crostini	Risi e bisi
Burger vegetale	Uova sode	Cotoletta di pesce	Tortino di verdure e formaggio	Frittata con grana	Fesa di tacchino arrosto	Polpette al forno
Funghi e patate al prezzemolo	Fagiolini all'olio e limone	Patate arrosto	Cavolfiori al forno	Carote prezzemolate	Broccoli all'olio	Finocchi al gratin
Frutta cotta e frutta fresca di stagione	Frutta cotta e frutta fresca di stagione	Frutta cotta e frutta fresca di stagione	Frutta cotta e frutta fresca di stagione	Frutta cotta e frutta fresca di stagione	Frutta cotta e frutta fresca di stagione	Frutta cotta e frutta fresca di stagione
Alternative fisse:						
Primi piatti pranzo: pasta/riso in bianco, pasta/riso al pomodoro o pastina in brodo						
Primi piatti cena: semolino in brodo o pastina in brodo				Contorni: insalate miste a rotazione o purea di patate		
Secondi piatti: pesce o pollo lesso, affettati a rotazione o formaggio				Merenda: budino, yogurt o mousse di frutta		

Settimana IV

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
Pranzo						
Pasta alla amatriciana	Risotto agli aromi	Pasta ai broccoli	Pasta alle vongole	Gnocchetti sardi al pomodoro	Risotto ai funghi	Tagliatelle al ragù
Lonza al rosmarino	Spinacina	Bollito in salsa verde	Tilapia al gratin	Hamburger	Pollo alla cacciatora	Rotolo di tacchino speck e provola
Coste saltate	Fagiolini in umido	Erbette gratinate	Finocchi all'olio	Zucchine al gratin	Patate e Cipolle al forno	Fagiolini agli aromi
Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione e Dessert	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione e Dessert
Cena						
Crema di carote e orzo	Minestra di patate e sedano	Minestra contadina	Passato di verdura con pasta	Vellutata di zucchine	Crema di verdure	Zuppa di lenticchie
Gateau di tonno	Frittata con prosciutto e formaggio	Burger vegetale	Bocconcini di pollo	Bastoncini di pesce	Pizza	Uova sode
Finocchi gratinati	Cavolini di Bruxelles	Carote alla parmigiana	Spinaci all'olio	Piselli all'olio	Broccoli all'olio	Contorno tricolore (Carote, cavoli e broccoli)
Frutta cotta e frutta fresca di stagione	Frutta cotta e frutta fresca di stagione	Frutta cotta e frutta fresca di stagione	Frutta cotta e frutta fresca di stagione	Frutta cotta e frutta fresca di stagione	Frutta cotta e frutta fresca di stagione	Frutta cotta e frutta fresca di stagione
Alternative fisse:						
Primi piatti pranzo: pasta/riso in bianco, pasta/riso al pomodoro o pastina in brodo						
Primi piatti cena: semolino in brodo o pastina in brodo				Contorni: insalate miste a rotazione o purea di patate		
Secondi piatti: pesce o pollo lesso, affettati a rotazione o formaggio				Merenda: budino, yogurt o mousse di frutta		