

Settimana I

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
Pranzo						
Crespelle ricotta e spinaci	Tagliatelle al ragù	Gnocchi alla romana	Orecchiette con cime di rapa	Minestrina	Risotto alla zucca	Crespelle ai funghi
Puntine e verza alla milanese in umido	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	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione e Dessert
Cena						
Vellutata di piselli	Zuppa di patate	Minestrone con riso	Raviolini in brodo	Passata di fagioli	Passato di verdure	Crema di porri con crostini
Frittata di cipolle	Burger di trota pomodoro e olive	Manzo fumè	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
Frutta cotta	Frutta cotta	Frutta cotta	Frutta cotta	Frutta cotta	Frutta cotta	Frutta cotta

Alternative fisse:

Primi piatti pranzo: pasta/riso in bianco, pasta/riso al pomodoro o pastina in brodo

Primi piatti cena: riso e latte, semolino in brodo o pastina in brodo

Secondi piatti: bollito o pollo lesso, affettati a rotazione o formaggio

Contorni: insalate miste a rotazione o purea di patate

Frutta/Dessert: budino, yogurt o mousse di frutta

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	Tagliatelle al sugo	Pasta panna prosciutto e funghi	Gnocchi al pomodoro
Arista di maiale	Frittata alle verdure	Bocconcini di pollo al pomodoro	Cotoletta	Brasato	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	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione e Dessert
Cena						
Tortellini in brodo	Minestrone di verdure	Vellutata di zucca	Crema di ceci	Zuppa verza e fagioli	Passato di verdure	Zuppa di farro
Tortino di legumi	Trippa	Manzo fumè	Burger vegetale	Tilapia gratinata	Pizza	Tortino di verdure e formaggio
Carote al forno	Fagiolini olio e limone	Verza stufata	Cavolini di bruxelles	Erbette cipollate	Zucchine trifolate	Pomodori gratinati
Frutta cotta	Frutta cotta	Frutta cotta	Frutta cotta	Frutta cotta	Frutta cotta	Frutta cotta
Alternative fisse:						
Primi piatti pranzo: pasta/riso in bianco, pasta/riso al pomodoro o pastina in brodo						
Primi piatti cena: riso e latte, semolino in brodo o pastina in brodo				Contorni: insalate miste a rotazione o purea di patate		
Secondi piatti: bollito o pollo lessa, affettati a rotazione o formaggio				Frutta/Dessert: budino, yogurt o mousse di frutta		

Settimana III

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
Pranzo						
Risotto al radicchio	Pasta al ragù	Raviolini in brodo	Tagliatelle al sugo	Pasta ai formaggi	Pasta al ragù di tonno	Tagliatelle alla boscaiola
Saltimbocca alla romana	Scaloppine di pollo alla milanese	Cotechino	Cosce di pollo al vino rosso	Bollito in salsa verde	Limanda al pane saporito	Rotolo di coniglio
Contorno tricolore (carote, cavoli e broccoli)	Finocchi cotti all'olio e limone	Lenticchie	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	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	Riso e bisi
Burger vegetale	Frittata con grana	Cotoletta di pesce	Involtino di prosciutto al forno	Tortino di verdure e formaggio	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	Frutta cotta	Frutta cotta	Frutta cotta	Frutta cotta	Frutta cotta	Frutta cotta
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: riso e latte, semolino in brodo o pastina in brodo			Frutta/Dessert: budino, yogurt o mousse di frutta			
Secondi piatti: bollito o pollo lesso, affettati a rotazione o formaggio						

Settimana IV

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
Pranzo						
Pasta alla amatriciana	Spaghetti al sugo	Minestrina	Pasta alle vongole	Gnocchetti sardi al pomodoro	Risotto ai funghi	Lasagna alla bolognese
Lonza al rosmarino	Spinacina	Polenta e Salamelle in umido	Tilapia al gratin	Hamburger	Pollo alla cacciatora	Arrotolato di vitello al forno
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	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 zucca con farro	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 al pomodoro
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	Frutta cotta	Frutta cotta	Frutta cotta	Frutta cotta	Frutta cotta	Frutta cotta
Alternative fisse:						
Primi piatti pranzo: pasta/riso in bianco, pasta/riso al pomodoro o pastina in brodo						
Primi piatti cena: riso e latte, semolino in brodo o pastina in brodo				Contorni: insalate miste a rotazione o purea di patate		
Secondi piatti: bollito o pollo lesso, affettati a rotazione o formaggio				Frutta/Dessert: budino, yogurt o mousse di frutta		