

EURO
RISTORAZIONE

Calendario-menù

Anno scolastico 2023 / 2024

Scuole dell'Infanzia



Gentili Genitori,

presentiamo il – **CALENDARIO MENU'** – in modo che possiate conoscere quello che i vostri figli consumano giornalmente durante il pranzo nella mensa scolastica e, di conseguenza, organizzarvi per l'approntamento del pasto serale. Una corretta alimentazione è fondamentale per determinare un buono stato di salute e di benessere; particolare importanza assume pertanto il momento della refezione scolastica, che ha un duplice obiettivo, nutrizionale ed educativo. Il pasto a scuola rappresenta infatti una buona occasione sia per educare al gusto, offrendo la possibilità di far provare nuove esperienze gustative ed infine, il pranzo, consumato assieme, assume una valenza relazionale molto importante di condivisione e di socializzazione. La ristorazione scolastica non deve essere vista come semplice soddisfacimento dei fabbisogni nutrizionali durante l'orario scolastico, ma deve essere considerata un importante e continuo momento di educazione e di promozione della salute diretto ai bambini, che coinvolge anche docenti e genitori. Nella predisposizione del menù, sono state prese in considerazione le indicazioni fornite dai LARN (Livelli di Assunzione Raccomandati dei Nutrienti) e dalle "Linee di Indirizzo Regionali per la Ristorazione Scolastica"

Frequenza consigliata degli alimenti settimanale e su quattro settimane per i menù scolastici

| PIATTI | FREQUENZA settimanale | FREQUENZA mensile | PIATTI | FREQUENZA settimanale | FREQUENZA mensile |
|---|-----------------------|-------------------|--|-----------------------|-------------------|
| PRIMI PIATTI a base di cereali (pasta, riso, orzo, farro...) asciutti | 3-4 | 12-16 | Uova | 0-1 | 2-4 |
| PRIMI PIATTI a base di cereali (pasta, riso, orzo, farro...) in brodo (passati, creme, zuppe, minestre, ecc.) | 1-2 | 4-8 | Formaggi | 0-1 | 2-4 |
| PIATTO UNICO | 1-2 | 4-8 | Salumi (prosciutto cotto, crudo, bresaola) | | 0-2 |
| SECONDI PIATTI | | | VERDURA CRUDA e/o COTTA | 5 | Tutti i giorni |
| Carne «rossa» (bovino, suino) | 0-1 | 2-3 | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | 5 | Tutti i giorni |
| Carne «bianca» (avicunicola: pollo, tacchino, coniglio) | 1 | 4 | PANE | 5 | Tutti i giorni |
| Pesce | 1-2 | 4-8 | PATATE / PURE' | 0-1 | 0-4 |
| Bastoncini di merluzzo surgelati (non prefritti) | | 0-1 | YOGURT* | | 4 |
| Tonno (sconsigliato per Nido e Infanzia) | | 0-1 | PRODOTTI DA FORNO DOLCI * | | 1 |
| Legumi come secondo piatto (piselli, fagioli, ceci, lenticchie) | 1-2 | 4-8 | | | |

*Da utilizzare in sostituzione della frutta fresca di stagione privilegiando quest'ultima, e prevenendo l'utilizzo del dolce o dello yogurt come eventuale integrazione del piatto unico.

CONSIGLI PER I GENITORI

Per la **prima colazione** e la merenda preferire alimenti energetici, facilmente digeribili come pane, fette biscottate, biscotti secchi, fiocchi di cereali con eventuale aggiunta di piccole quantità di miele o marmellata che forniscono energia di pronto e facile utilizzo; yogurt e latte che assicurano un buon apporto di calcio e proteine; frutta fresca di stagione che garantisce vitamine, minerali e fibre.

Le **merende di metà mattina e di metà pomeriggio** devono fornire una piccola quantità di energia rispetto alla quota totale giornaliera; circa il 5% a metà mattina e il 5-10% per lo spuntino del pomeriggio per poter consentire di arrivare ai pasti principali con un adeguato appetito fisiologico. Per la merenda del mattino va preferito il consumo di frutta fresca di stagione o yogurt, che non compromettono l'appetito per il pranzo.

Per la merenda del pomeriggio va privilegiato il consumo di frutta fresca di stagione alternandolo a diversi spuntini di facile digestione come latte o yogurt, abbinati a pane o prodotti da forno quali fette biscottate, cereali, biscotti secchi senza grassi tropicali idrogenati. Vanno evitati succhi di frutta, da sostituire con spremute d'arancia fresche o infusi alla frutta o tè decaffeinato senza aggiunta di zuccheri.

Per la **cena** scegliere preferibilmente alimenti diversi da quelli già consumati a pranzo in mensa. Esempi:

- se a pranzo il bambino ha consumato un pasto a base di minestra, carne, verdura e pane, a cena si consiglia riso, pasta, o altri cereali asciutti, formaggio o uova o legumi o pesce, verdura e pane.
- se a pranzo il bambino ha consumato un pasto a base di pasta, prosciutto, uova o formaggio, verdura e pane, a cena si consiglia minestra, pesce o legumi,

uova o carne, verdura e pane, alternando nel corso della settimana le pietanze proteiche a base di pesce, carne, uova, formaggio, legumi.

- se a pranzo il bambino ha consumato un primo, un secondo e un contorno, a cena si consiglia di utilizzare il "piatto unico" come efficace modalità di associazione e modulazione degli alimenti per fornire un giusto equilibrio nell'apporto dei nutrienti, proponendo ad esempio pasta con legumi (fagioli o ceci o piselli), la pizza margherita, o la pasta al ragù.

Questi tre esempi di cena rispettano le indicazioni del Modello Alimentare Mediterraneo, che da sempre è sinonimo di alimentazione salubre, perché è capace di mantenere l'organismo in salute, prevenendo molte patologie e regalando una lunga aspettativa di vita sana, senza dimenticare l'attività motoria giornaliera.

Infine, per l'approntamento dei pasti destinati ad alunni e docenti delle Scuole del Comune di Pistoia, verranno utilizzate molteplici materie prime di qualità, provenienti da agricoltura biologica, DOP, IGP, Km 0, equo-solidali al fine di aumentare il gradimento del servizio.



Il menù potrà subire delle variazioni, non dipendenti dalla nostra volontà, per mancata reperibilità di alcune materie prime o per modifica della ricetta per scarso gradimento. Ogni eventuale variazione verrà comunicata al plesso scolastico.

Settembre 2023

| | | |
|----|-----|---|
| 1 | ven | |
| 2 | | sabato |
| 3 | | domenica |
| 4 | lun | |
| 5 | mar | |
| 6 | mer | |
| 7 | gio | |
| 8 | ven | |
| 9 | | sabato |
| 10 | | domenica |
| 11 | lun | |
| 12 | mar | |
| 13 | mer | RISO ALLA PARMIGIANA LONZA DI MAIALE AL FORNO POMODORO GRATINATI INSALATA PANE MERENDA POMERIGGIO: pane e marmellata |
| 14 | gio | PASTA CON POMODORINI E BASILICO MERLUZZO GRATINATO ZUCCHINE TRIFOLATE CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca |
| 15 | ven | CREMA DI PATATE E PORRI CON ORZO UOVA SODE TRIS DI VERDURE AL TEGAME POMODORO PANE MERENDA POMERIGGIO: budino alla vaniglia |
| 16 | | sabato |

| | | |
|----|-----|---|
| 17 | | domenica |
| 18 | lun | RISO CON ZUCCHINE PETTO DI POLLO AL FORNO FAGIOLINI ALL'OLIO CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: pane e cioccolata |
| 19 | mar | PASTA AL POMODORO E PISELLI BASTONCINI DI MERLUZZO AL FORNO SPINACI AL TEGAME POMODORO PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca |
| 20 | mer | CREMA DI CAROTE CON FARRO FETTINA DI TACCHINO AL LIMONE PATATE AL FORNO INSALATA PANE MERENDA POMERIGGIO: succo di frutta e crackers |
| 21 | gio | PASTA ALL'OLIO E GRANA FORMAGGIO ASIAGO MELANZANE TRIFOLATE CAPPUCCIO JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: yogurt alla frutta |
| 22 | ven | PASTA ALLA PIZZAIOLA INS. DI CECI/CANNELLINI/POMODORINI ZUCCHINE GRATINATE POMODORO PANE MERENDA POMERIGGIO: mousse di frutta |
| 23 | | sabato |
| 24 | | domenica |

| | | |
|----|-----|--|
| 25 | lun | PASTA CON POMODORINI E OLIVE RONDELLE UOVA STRAPAZZATE ZUCCHINE TRIFOLATE CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca |
| 26 | mar | PASTA AL PESTO DI BASILICO FORMAGGIO MOZZARELLA FAGIOLINI AL TEGAME POMODORO PANE MERENDA POMERIGGIO: budino alla vaniglia |
| 27 | mer | INSALATA DI RISO VEGETARIANA POLPETTINE DI MERLUZZO POMODORO GRATINATI INSALATA PANE MERENDA POM: fette biscottate e marmellata |
| 28 | gio | LASAGNE AL RAGU' DI VITELLONE P.U. VERDURA COTTA SALTATA INSALATA E CAROTE PANE MERENDA POMERIGGIO: torta margherita |
| 29 | ven | CREMA AURORA CON ORZO BOCCONCINI DI POLLO DORATI AL MAIS PATATE ALL'OLIO CAPPUCCIO JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: yogurt alla frutta |
| 30 | | sabato |

Pronti, partenza,... colazione!

Fare una colazione semplice, equilibrata e completa: il modo migliore per iniziare la giornata con la giusta carica!

Ottobre 2023

| | | |
|---|-----|--|
| 1 | | domenica |
| 2 | lun | PIZZA MARGHERITA PROSCIUTTO COTTO ZUCCHINE TRIFOLATE CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: pane e cioccolata |
| 3 | mar | RAVIOLI RICOTTA/SPINACI BURRO E SALVIA PLATESSA GRATINATA AL MAIS SPINACI AL TEGAME CAPPUCCIO JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: gelato |
| 4 | mer | RISO CON ZUCCHINE E ZAFFERANO FORMAGGIO GRANA DA TAVOLA FAGIOLINI ALL'OLIO POMODORO FRESCO PANE MERENDA POMERIGGIO: yogurt alla frutta |
| 5 | gio | PASSATO DI VERDURA CON PASTINA HAMBURGER DI TACCHINO AL FORNO PATATE AL FORNO INSALATA E CAROTE PANE MERENDA POMERIGGIO: succo di frutta e crackers |
| 6 | ven | PASTA AL POMODORO CROCCHETTE DI LEGUMI-SPINACI-ASIAGO CAROTE PREZZEMOLATE INSALATA PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca |
| 7 | | sabato |
| 8 | | domenica |

| | | |
|----|-----|---|
| 9 | lun | CREMA DI PATATE E PORRI CON ORZO UOVA SODE TRIS DI VERDURE AL TEGAME CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: budino alla vaniglia |
| 10 | mar | PASTA AL POMODORO FORMAGGIO PRIMOSALE CAROTE ALL'OLIO POMODORO PANE MERENDA POMERIGGIO: yogurt alla frutta |
| 11 | mer | BIGOLI AL RAGU' DI CARNI BIANCHE P.U. FAGIOLINI AL TEGAME CAPPUCCIO JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: gelato |
| 12 | gio | RISO ALLA PARMIGIANA LONZA DI MAIALE AL FORNO POMODORO GRATINATI INSALATA PANE MERENDA POMERIGGIO: pane e marmellata |
| 13 | ven | PASTA CON POMODORINI E BASILICO MERLUZZO GRATINATO ZUCCHINE TRIFOLATE CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca |
| 14 | | sabato |
| 15 | | domenica |

| | | |
|------------------------------|-----|--|
| GIORNATA DELLE SPEZIE | | |
| 16 | lun | RISO ALLO ZAFFERANO POLLO AL CURRY PATATE ALLA PAPRIKA INSALATA AL PROFUMO DI ANICE MERENDA POM: PANE/STRUDEL DI MELE E CANNELLA |
| 17 | mar | RISO CON ZUCCHINE OMELETTE AL PROSCIUTTO FAGIOLINI ALL'OLIO CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: pane e cioccolata |

| | | |
|----|-----|---|
| 18 | mer | PASTA AL POMODORO E PISELLI BASTONCINI DI MERLUZZO AL FORNO SPINACI AL TEGAME POMODORO FRESCO PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca |
| 19 | gio | CREMA DI CAROTE CON FARRO FETTINA DI TACCHINO AL LIMONE PATATE AL FORNO INSALATA PANE MERENDA POMERIGGIO: thè deteinato e crackers |
| 20 | ven | PASTA ALL'OLIO E GRANA FORMAGGIO ASIAGO MELANZANE TRIFOLATE CAPPUCCIO JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: yogurt alla frutta |
| 21 | | sabato |
| 22 | | domenica |
| 23 | lun | RISO ALLA PARMIGIANA OMELETTE AL FORMAGGIO PISELLI PREZZEMOLATI INSALATA PANE MERENDA POMERIGGIO: yogurt alla frutta |
| 24 | mar | PASTA ALL'OLIO E GRANA PROSCIUTTO COTTO CAPPUCCIO AL TEGAME CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca |

| | | |
|----|-----|--|
| 25 | mer | CREMA DI CAROTE CON ORZO PETTO DI POLLO AL FORNO PURE' DI PATATE FINOCCHI JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: pane e marmellata |
| 26 | gio | PASTA AL PESTO E RICOTTA POLPETTINE DI LEGUMI E PATATE SPINACI GRATINATI CAPPUCCIO JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: thè deteinato e crackers |
| 27 | ven | PASTA AL POMODORO MERLUZZO AL POMODORO CAROTE TRIFOLATE INSALATA E RADICCHIO PANE MERENDA POMERIGGIO: mousse di frutta |
| 28 | | sabato |
| 29 | | domenica |
| 30 | lun | RISO CON PISELLI E ZAFFERANO UOVA STRAPAZZATE FAGIOLINI AL TEGAME FINOCCHI JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: pane e cioccolata |
| 31 | mar | ASPETTANDO HALLOWEEN... RISO ALLA ZUCCA (FANGO DI PALUDE) HAMBURGER MANZO CON KETCHUP (TOMBE HALLOWEEN) PATATINE AL FORNO (OSSICINI FRITTI) PANE/DOLCETTO O SCHERZETTO? (MUFFIN) MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca |

Non sprecare!

Giuste porzioni garantiscono una crescita corretta, cerca di non avanzare il cibo che hai nel piatto!



Novembre 2023

| | | | |
|----|----------|---|--|
| 1 | mer | Festività | |
| 2 | gio | RAVIOLI DI MAGRO AL BURRO E SALVIA PETTO DI POLLO AI FERRI PATATE ALL'OLIO INSALATA E RADICCHIO PANE MERENDA POMERIGGIO: budino alla vaniglia | |
| 3 | ven | PASTA INTEGRALE AL POMODORO CROCCETTE DI LEGUMI AL MAIS BROCCOLI SALTATI CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POM: succo di frutta e biscotti secchi | |
| 4 | sabato | | |
| 5 | domenica | | |
| 6 | lun | PASTA AL POMODORO BASTONCINI DI MERLUZZO AL FORNO CAROTE BABY ALL'OLIO INSALATA PANE MERENDA POMERIGGIO: yogurt alla frutta | |
| 7 | mar | CREMA DI VERDURA CON RISO BOCCONCINI DI POLLO ALLA PIZZAIOLA PURE' DI PATATE FINOCCHI JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: pane e marmellata | |
| 8 | mer | PIZZA MARGHERITA CECI AGLI AROMI ZUCCA AL FORNO INSALATA E RADICCHIO PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca | |
| 9 | gio | PASTA E FAGIOLI FORMAGGIO ASIAGO COSTE GRATINATE CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: thè deteinato e crackers | |
| 10 | ven | PASTA AL SUGO VEGETALE FRITTATINA FAGIOLINI ALL'OLIO CAPPUCCIO JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: budino al cioccolato | |
| 11 | sabato | | |
| 12 | domenica | | |
| 13 | lun | CREMA DI PISELLI CON PASTINA FORMAGGIO STRACCHINO BROCCOLI AL TEGAME CAPPUCCIO JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: mousse di frutta | |
| 14 | mar | PASTA AL PESTO PLATESSA GRATINATA AL MAIS CAROTE ALL'OLIO INSALATA PANE MERENDA POMERIGGIO: pane e cioccolata | |
| 15 | mer | PASSATO DI VERDURA CON PASTINA ARROSTO DI MAIALE AL LATTE PATATE AL FORNO FINOCCHI JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: crostata alla marmellata | |
| 16 | gio | GNOCCHI AL POMODORO HAMBURGER DI LEGUMI AL FORNO FAGIOLINI TRIFOLATI CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca | |
| 17 | ven | RISO ALLA CREMA DI ZUCCA BOCCONCINI DI TACCHINO AL LIMONE SPINACI ALL'OLIO INSALATA PANE MERENDA POM: thè deteinato e biscotti secchi | |
| 18 | sabato | | |
| 19 | domenica | | |
| 20 | lun | PASTA AL POMODORO MERLUZZO ALLA VICENTINA CAROTE TRIFOLATE INSALATA E RADICCHIO PANE MERENDA POMERIGGIO: mousse di frutta | |
| 21 | mar | PASTA ALL'OLIO E GRANA PROSCIUTTO COTTO CAPPUCCIO AL TEGAME CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca | |
| 22 | mer | CREMA DI ZUCCA CON ORZO OMELETTE AL FORMAGGIO PISELLI PREZZEMOLATI INSALATA PANE MERENDA POMERIGGIO: yogurt alla frutta | |
| 23 | gio | CREMA DI CAROTE CON RISO PETTO DI POLLO AL FORNO PURE' DI PATATE FINOCCHI JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: pane e marmellata | |
| 24 | ven | PASTA AL PESTO E RICOTTA POLPETTINE DI LEGUMI-PATATE-MOZZARELLA SPINACI GRATINATI CAPPUCCIO JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: thè deteinato e crackers | |
| 25 | sabato | | |
| 26 | domenica | | |
| 27 | lun | PASTA INTEGRALE AL POMODORO ARROSTO DI TACCHINO AL FORNO BROCCOLI SALTATI CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POM: thè deteinato e biscotti secchi | |
| 28 | mar | RISO CON PISELLI E ZAFFERANO UOVA STRAPAZZATE FAGIOLINI AL TEGAME FINOCCHI JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: pane e cioccolata | |
| 29 | mer | PASTA AI BROCCOLI POLPETTINE DI MERLUZZO CAROTE ALL'OLIO CAPPUCCIO JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: torta margherita | |
| 30 | gio | PASTICCIO AL RAGU' DI VITELLONE TRIS DI VERDURE AL TEGAME INSALATA E MAIS PANE MERENDA POMERIGGIO: yogurt alla frutta | |

Varia!

Varia il più possibile le scelte alimentari per assumere tutte le diverse sostanze di cui il tuo organismo ha bisogno!

Dicembre 2023

| | | |
|----|-----------------|---|
| 1 | ven | MENU' A TEMA GLI AGRUMI PASTA AL SALMONE E LIMONE BOCC. TACCHINO AGLI AGRUMI SPINACI AL LIMONE INSALATA DI FINOCCHI E ARANCE MERENDA POMERIGGIO: PANE/TORTA AL LIMONE |
| 2 | sabato | |
| 3 | domenica | |
| 4 | lun | PASTA AL SUGO VEGETALE FRITTATINA FAGIOLINI ALL'OLIO CAPPUCCIO JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: budino al cioccolato |
| 5 | mar | PASTA AL POMODORO BASTONCINI DI MERLUZZO AL FORNO CAROTE BABY ALL'OLIO INSALATA PANE MERENDA POMERIGGIO: yogurt alla frutta |
| 6 | mer | CREMA DI VERDURA CON RISO BOCCONCINI DI POLLO ALLA PIZZAIOLA PURE' DI PATATE FINOCCHI JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: pane e marmellata |
| 7 | gio | PIZZA MARGHERITA CECI AGLI AROMI ZUCCA AL FORNO INSALATA E RADICCHIO PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca |
| 8 | ven | Festività |
| 9 | sabato | |
| 10 | domenica | |
| 11 | lun | RISO ALLA CREMA DI ZUCCA BOCCONCINI DI TACCHINO AL LIMONE SPINACI ALL'OLIO INSALATA PANE MERENDA POM: thè deteinato e biscotti secchi |
| 12 | mar | CREMA DI PISELLI CON PASTINA FORMAGGIO STRACCHINO BROCCOLI AL TEGAME CAPPUCCIO JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: mousse di frutta |
| 13 | mer | PASTA AL PESTO PLATESSA GRATINATA AL MAIS CAROTE ALL'OLIO INSALATA PANE MERENDA POMERIGGIO: pane e cioccolata |
| 14 | gio | PASSATO DI VERDURA CON RISO ARROSTO DI MAIALE AL LATTE PATATE AL FORNO FINOCCHI JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: crostata alla marmellata |
| 15 | ven | GNOCCHI AL POMODORO HAMBURGER DI LEGUMI AL FORNO FAGIOLINI TRIFOLATI CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca |
| 16 | sabato | |

| | | |
|----|-----------------|--|
| 17 | domenica | |
| 18 | lun | PASTA AL POMODORO MERLUZZO GRATINATO CAROTE TRIFOLATE INSALATA E RADICCHIO PANE MERENDA POMERIGGIO: mousse di frutta |
| 19 | mar | PIZZA MARGHERITA PROSCIUTTO COTTO CAPPUCCIO AL TEGAME CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca |
| 20 | mer | PASTA AL POMODORO OMELETTE AL FORMAGGIO SPINACI ALL'OLIO INSALATA PANE MERENDA POMERIGGIO: yogurt alla frutta |
| 21 | gio | CREMA DI CAROTE CON RISO PETTO DI POLLO AL FORNO PURE' DI PATATE FINOCCHI JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: pane e marmellata |
| 22 | ven | PRANZO DI NATALE TORTELLINI IN BRODO ARROSTO DI TACCHINO AL LATTE LENTICCHE AL TEGAME CAROTE JULIENNE MERENDA POMERIGGIO: PANE E PANDORO |
| 23 | sabato | |
| 24 | domenica | |
| 25 | lun | Festività |
| 26 | mar | Festività |
| 27 | mer | Festività |
| 28 | gio | Festività |
| 29 | ven | Festività |
| 30 | sabato | |
| 31 | domenica | |



Legumi!

Piselli, ceci, lenticchie, fagioli... Non dimentichiamo di integrare l'alimentazione con i legumi!

Gennaio 2024

| | | |
|---|-----------------|-----------|
| 1 | lun | Festività |
| 2 | mar | Festività |
| 3 | mer | Festività |
| 4 | gio | Festività |
| 5 | ven | Festività |
| 6 | sabato | |
| 7 | domenica | |

| | | |
|----|-----------------|--|
| 8 | lun | GNOCCHI AL POMODORO FORMAGGIO GRANA DA TAVOLA TRIS DI VERDURE AL TEGAME CAPPUCCIO JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca |
| 9 | mar | PIZZA MARGHERITA PROSCIUTTO COTTO FAGIOLINI ALL'OLIO INSALATA E RADICCHIO PANE MERENDA POMERIGGIO: pane e cioccolata |
| 10 | mer | PASSATO DI VERDURA CON RISO PETTO DI POLLO AL FORNO PURE' DI PATATE INSALATA PANE MERENDA POMERIGGIO: yogurt alla frutta |
| 11 | gio | PASTA AL POMODORO OMELETTE AL FORMAGGIO SPINACI ALL'OLIO FINOCCHI AFFETTATI PANE MERENDA POM: the deteinato e biscotti secchi |
| 12 | ven | RISO ALLA PARMIGIANA MERLUZZO ALLA VICENTINA COSTE AL TEGAME CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: succo di frutta e crackers |
| 13 | sabato | |
| 14 | domenica | |
| 15 | lun | PASSATO DI VERDURA CON PASTINA ARROSTO DI TACCHINO AGLI AGRUMI PATATE ALL'OLIO INSALATA PANE MERENDA POMERIGGIO: yogurt alla frutta |
| 16 | mar | BIGOLI AL RAGU' DI VITELLONE SPINACI ALLA PARMIGIANA FINOCCHI JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: torta margherita |

| | | |
|----|-----------------|--|
| 17 | mer | RAVIOLI DI MAGRO AL BURRO E SALVIA FORMAGGIO ASIAGO FAGIOLINI ALL'OLIO CAPPUCCIO AFFETTATO PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca |
| 18 | gio | RISO CON ZAFFERANO E PISELLI HAMBURGER DI MERLUZZO AL FORNO BROCCOLI GRATINATI CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: pane e marmellata |
| 19 | ven | PASTA AL POMODORO POLPETTE DI LEGUMI CON CREMA DI FORMAGGI CAPPUCCIO AL TEGAME INSALATA PANE MERENDA POMERIGGIO: thè deteinato e crackers |
| 20 | sabato | |
| 21 | domenica | |
| 22 | lun | CREMA DI PATATE CON PASTINA BASTONCINI DI MERLUZZO AL FORNO SPINACI ALL'OLIO CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: yogurt alla frutta |
| 23 | mar | RISO ALLA CREMA DI PORRI E RADICCHIO CROCCHETTE DI CECI E RICOTTA FAGIOLINI ALL'OLIO FINOCCHI JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: pane e cioccolata |

| | | |
|----|-----------------|--|
| 24 | mer | PASTINA IN BRODO SPEZZATINO DI VITELLONE POLENTA CAPPUCCIO AFFETTATO PANE MERENDA POM: thè deteinato e biscotti secchi |
| 25 | gio | PIZZA MARGHERITA FORMAGGIO FRESCO CREMOSO FINOCCHI GRATINATI INSALATA E RADICCHIO PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca |
| 26 | ven | PASTA AL POMODORO SCALOPPINA DI MAIALE AL LIMONE TRIS DI VERDURE ALL'OLIO INSALATA PANE MERENDA POMERIGGIO: budino alla vaniglia |
| 27 | sabato | |
| 28 | domenica | |
| 29 | lun | PASTA ALLA CREMA DI BROCCOLI E RICOTTA PLATESSA GRATINATA FAGIOLINI ALL'OLIO FINOCCHI JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca |
| 30 | mar | GNOCCHI ALLA CREMA DI ZUCCA FRITTATINA CAROTE BABY ALL'OLIO INSALATA E MAIS PANE MERENDA POMERIGGIO: muffin al cioccolato |
| 31 | mer | PASTA AL POMODORO FORMAGGIO MOZZARELLA BIETA COSTA AL TEGAME CAPPUCCIO AFFETTATO PANE MERENDA POMERIGGIO: budino alla vaniglia |

Piu' frutta e verdura!

Mangia almeno 5 porzioni di frutta e verdura al giorno per fare il pieno di vitamine!

Febbraio 2024

| | | |
|----|-----------------|---|
| 1 | gio | VELLUTATA DI VERDURE CON ORZO PETTO DI POLLO AI FERRI PATATE AL FORNO INSALATA E RADICCHIO PANE MERENDA POM: the deteinato e biscotti secchi |
| 2 | ven | RISO CON PISELLI E PROSCIUTTO COTTO CAPPUCCIO AL TEGAME CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: mousse di frutta |
| 3 | sabato | |
| 4 | domenica | |
| 5 | lun | RISO ALLA PARMIGIANA MERLUZZO GRATINATO AL MAIS COSTE AL TEGAME CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: thè deteinato e crackers |
| 6 | mar | GNOCCHI AL POMODORO FORMAGGIO GRANA DA TAVOLA TRIS DI VERDURE AL TEGAME CAPPUCCIO JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca |
| 7 | mer | PIZZA MARGHERITA AFFETTATO DI TACCHINO FAGIOLINI ALL'OLIO INSALATA E RADICCHIO PANE MERENDA POMERIGGIO: pane e cioccolata |
| 8 | gio | PASSATO DI VERDURA CON RISO PETTO DI POLLO AL FORNO PURE' DI PATATE INSALATA PANE MERENDA POMERIGGIO: yogurt alla frutta |
| 9 | ven | PASTA AL POMODORO OMELETTE AL FORMAGGIO SPINACI ALL'OLIO FINOCCHI AFFETTATI PANE MERENDA POM: DOLCETTO DI CARNEVALE |
| 10 | sabato | |
| 11 | domenica | |
| 12 | lun | Festività |
| 13 | mar | Festività |
| 14 | mer | Festività |
| 15 | gio | RAVIOLI DI MAGRO AL BURRO E SALVIA FORMAGGIO ASIAGO FAGIOLINI ALL'OLIO CAPPUCCIO AFFETTATO PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca |



| | | |
|----|-----------------|---|
| 16 | ven | CREMA DI CAROTE CON RISO SEPIE IN UMIDO POLENTA CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: pane e marmellata |
| 17 | sabato | |
| 18 | domenica | |
| 19 | lun | PASTA AL POMODORO UOVA STRAPAZZATE TRIS DI VERDURE ALL'OLIO INSALATA PANE MERENDA POMERIGGIO: budino alla vaniglia |
| 20 | mar | PASTA AL SUGO VEGETALE CROCCHETTE DI CECI E RICOTTA SPINACI ALL'OLIO CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: yogurt alla frutta |
| 21 | mer | RISO ALLA CREMA DI PORRI E RADICCHIO BASTONCINI DI MERLUZZO AL FORNO CAROTE BABY ALL'OLIO FINOCCHI JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: pane e cioccolata |
| 22 | gio | PASTINA IN BRODO MANZO BOLLITO PURE' DI PATATE CAPPUCCIO AFFETTATO PANE MERENDA POM: thè deteinato e biscotti secchi |
| 23 | ven | PIZZA MARGHERITA FORMAGGIO FRESCO CREMOSO FINOCCHI GRATINATI INSALATA E RADICCHIO PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca |
| 24 | sabato | |
| 25 | domenica | |
| 26 | lun | RISO CON PISELLI OMELETTE AL FORMAGGIO CAPPUCCIO AL TEGAME CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: mousse di frutta |
| 27 | mar | PASTA ALLA CREMA DI BROCCOLI E RICOTTA PLATESSA GRATINATA FAGIOLINI ALL'OLIO FINOCCHI JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca |
| 28 | mer | PASTICCIO AL RAGU' DI VITELLONE CAROTE BABY ALL'OLIO INSALATA E MAIS PANE MERENDA POMERIGGIO: muffin al cioccolato |
| 29 | gio | PASTA AL POMODORO FORMAGGIO MOZZARELLA BIETA COSTA AL TEGAME CAPPUCCIO AFFETTATO PANE MERENDA POMERIGGIO: budino alla vaniglia |

Tanta acqua!

È importante e bisogna berne almeno 1,5 - 2 litri al giorno!

Marzo 2024

| | | |
|----|----------|---|
| 1 | ven | VELLUTATA DI VERDURE CON ORZO PETTO DI POLLO AI FERRI PATATE AL FORNO INSALATA E RADICCHIO PANE MERENDA POM: the deteinato e biscotti secchi |
| 2 | sabato | |
| 3 | domenica | |
| 4 | lun | RISO ALLA PARMIGIANA MERLUZZO GRATINATO AL MAIS COSTE AL TEGAME CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: succo di frutta e crackers |
| 5 | mar | GNOCCHI AL POMODORO FORMAGGIO GRANA DA TAVOLA TRIS DI VERDURE AL TEGAME CAPPUCCIO JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca |
| 6 | mer | PIZZA MARGHERITA PROSCIUTTO COTTO FAGIOLINI ALL'OLIO INSALATA E RADICCHIO PANE MERENDA POMERIGGIO: pane e cioccolata |
| 7 | gio | PASSATO DI VERDURA CON ORZO PETTO DI POLLO AL FORNO PURE' DI PATATE INSALATA PANE MERENDA POMERIGGIO: yogurt alla frutta |
| 8 | ven | PASTA AL POMODORO OMELETTE AL FORMAGGIO SPINACI ALL'OLIO FINOCCHI AFFETTATI PANE MERENDA POM: the deteinato e biscotti secchi |
| 9 | sabato | |
| 10 | domenica | |
| 11 | lun | MENU' VENETO |
| 12 | mar | MENU' SICILIA |
| 13 | mer | MENU' TRENINO |
| 14 | gio | MENU' PIEMONTE |
| 15 | ven | MENU' EMILIA ROMAGNA |
| 16 | sabato | |

| | | |
|----|----------|---|
| 17 | domenica | |
| 18 | lun | PASTINA IN BRODO MANZO BOLLITO PURE' DI PATATE CAPPUCCIO AFFETTATO PANE MERENDA POM: succo di frutta e biscotti secchi |
| 19 | mar | PASTA AL POMODORO CROCCHETTE DI CECI E RICOTTA SPINACI ALL'OLIO CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: yogurt alla frutta |
| 20 | mer | RISO ALLA CREMA DI PORRI E RADICCHIO BASTONCINI DI MERLUZZO AL FORNO CAROTE BABY ALL'OLIO FINOCCHI JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: pane e cioccolata |
| 21 | gio | LA PRIMAVERA RISOTTO AGLI ASPARAGI STRACCETTI DI TACCHINO ALLE VERDURE PISELLINI AL TEGAME INSALATA MISTA MERENDA POMERIGGIO: TORTA MARGHERITA |
| 22 | ven | PIZZA MARGHERITA FORMAGGIO FRESCO CREMOSO FINOCCHI GRATINATI INSALATA E RADICCHIO PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca |
| 23 | sabato | |
| 24 | domenica | |
| 25 | lun | RISO CON PISELLI UOVA STRAPAZZATE CAPPUCCIO AL TEGAME CAROTE JULIENNE PANE mousse di frutta |
| 26 | mar | PASTA ALLA CREMA DI BROCCOLI E RICOTTA PLATESSA GRATINATA FAGIOLINI ALL'OLIO FINOCCHI JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca |
| 27 | mer | BIGOLI AL RAGU' DI VITELLONE CAROTE BABY ALL'OLIO INSALATA E MAIS PANE MERENDA POMERIGGIO: DOLCE PASQUALE |
| 28 | gio | Festività |
| 29 | ven | Festività |
| 30 | sabato | |
| 31 | domenica | |

Abbasso le merendine!

Attenzione agli snack confezionati, spesso sono poveri di nutrienti e ricchi di sale e zuccheri!

Aprile 2024



| | | | |
|----|----------|-----------|---|
| 1 | lun | Festività | |
| 2 | mar | Festività | |
| 3 | mer | | CREMA DI ZUCCHINE CON FARRO ARROSTO DI TACCHINO AGLI AGRUMI PATATE AL FORNO INSALATA PANE MERENDA POMERIGGIO: budino al cioccolato |
| 4 | gio | | PASTA AL POMODORO FRITTATINA COSTE AL TEGAME CAPPUCCIO JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: the deteinato e crackers |
| 5 | ven | | RISO CON PISELLI E ZAFFERANO CUORI DI NASELLO PANATI AL FORNO FAGIOLINI AL TEGAME CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca |
| 6 | sabato | | |
| 7 | domenica | | |
| 8 | lun | | PASTA AL PESTO FAGIOLINI CANNELLINI AL TEGAME CAROTE ALL'OLIO INSALATA E MAIS PANE MERENDA POMERIGGIO: yogurt alla frutta |
| 9 | mar | | RISO ALLA MILANESE MERLUZZO GRATINATO ZUCCHINE AL POMODORO INSALATA PANE MERENDA POMERIGGIO: pane e cioccolata |
| 10 | mer | | PIZZA MARGHERITA FORMAGGIO MOZZARELLA SPINACI AL TEGAME CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca |
| 11 | gio | | PASTA ALLE VERDURE PRIMAVERILI BOCCONCINI DI POLLO DORATI FAGIOLINI AL TEGAME CAPPUCCIO JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: the deteinato e crackers |
| 12 | ven | | CREMA AURORA CON PASTINA UOVA SODE FAGIOLI CANNELLINI ALL'OLIO FINOCCHI JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: gelato |
| 13 | sabato | | |
| 14 | domenica | | |
| 15 | lun | | PASTA AL POMODORO E BASILICO BASTONCINI DI MERLUZZO AL FORNO TRIS DI VERDURE ALL'OLIO CAPPUCCIO JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: budino alla vaniglia |

| | | | |
|----|----------|--|--|
| 16 | mar | | PASSATO DI VERDURA CON RISO PETTO DI POLLO AL FORNO PATATE AL ROSMARINO CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: pane e marmellata |
| 17 | mer | | PASTA ALLA PIZZAIOLA CROCCHETTE DI LEGUMI E ASIAGO SPINACI ALL'OLIO INSALATA E MAIS PANE MERENDA POM: the deteinato e biscotti secchi |
| 18 | gio | | PASTICCIO AL RAGU' DI VITELLONE ZUCCHINE AL TEGAME INSALATA E POMODORO PANE MERENDA POMERIGGIO: torta margherita paradiso |
| 19 | ven | | RISO AL SUGO PRIMAVERA FORMAGGIO PRIMOSALE FAGIOLINI ALL'OLIO FINOCCHI JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca |
| 20 | sabato | | |
| 21 | domenica | | |
| 22 | lun | | PASTA AL POMODORO PETTO DI POLLO AI FERRI ZUCCHINE TRIFOLATE INSALATA PANE MERENDA POMERIGGIO: mousse di frutta |
| 23 | mar | | PIZZA MARGHERITA AFFETTATO DI TACCHINO CAROTE BABY ALL'OLIO FINOCCHI JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: yogurt alla frutta |
| 24 | mer | | MENU' A PESCA DI SALUTE |
| 25 | gio | | Festività |
| 26 | ven | | Festività |
| 27 | sabato | | |
| 28 | domenica | | |
| 29 | lun | | RISO CON PISELLI E ZAFFERANO CUORI DI NASELLO AL FORNO FAGIOLINI AL TEGAME CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca |
| 30 | mar | | GNOCCHI AL SUGO PRIMAVERA FORMAGGIO FRESCO CREMOSO ZUCCHINE TRIFOLATE INSALATA PANE MERENDA POMERIGGIO: torta margherita |

Prova, assaggia!

I gusti si modificano nel tempo! Prova sempre ad assaggiare alimenti nuovi o diversi da quelli che mangi di solito!

Maggio 2024

| | | | |
|----|-----|---|--|
| 1 | mer | Festività | |
| 2 | gio | CREMA DI ZUCCHINE CON FARRO ARROSTO DI TACCHINO AGLI AGRUMI PATATE AL FORNO INSALATA PANE MERENDA POMERIGGIO: budino al cioccolato | |
| 3 | ven | PASTA AL POMODORO FRITTATINA CON PISELLI COSTE AL TEGAME CAPPUCCIO JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: the deteinato e crackers | |
| 4 | | sabato | |
| 5 | | domenica | |
| 6 | lun | CREMA AURORA CON PASTINA AFFETTATO DI TACCHINO PATATE ALL'OLIO FINOCCHI JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: gelato | |
| 7 | mar | PASTA AL PESTO FAGIOLINI CANNELLINI AL TEGAME CAROTE ALL'OLIO INSALATA PANE MERENDA POMERIGGIO: yogurt alla frutta | |
| 8 | mer | RISO ALLA PARMIGIANA MERLUZZO GRATINATO ZUCCHINE AL POMODORO INSALATA PANE MERENDA POMERIGGIO: pane e cioccolata | |
| 9 | gio | PIZZA MARGHERITA FORMAGGIO MOZZARELLA SPINACI AL TEGAME CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca | |
| 10 | ven | PASTA ALLE VERDURE PRIMAVERILI BOCCONCINI DI POLLO DORATI FAGIOLINI AL TEGAME CAPPUCCIO JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: the deteinato e crackers | |
| 11 | | sabato | |
| 12 | | domenica | |
| 13 | lun | RISO AL SUGO PRIMAVERA FORMAGGIO PRIMOSALE FAGIOLINI ALL'OLIO FINOCCHI JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca | |
| 14 | mar | PASTA AL POMODORO E BASILICO BASTONCINI DI MERLUZZO AL FORNO TRIS DI VERDURE ALL'OLIO CAPPUCCIO JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: budino alla vaniglia | |
| 15 | mer | PASSATO DI VERDURA CON RISO POLLO AL FORNO PATATE AL ROSMARINO CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: pane e marmellata | |
| 16 | gio | PASTA ALLA PIZZAIOLA CROCCHETTE DI LEGUMI E ASIAGO SPINACI ALL'OLIO INSALATA E MAIS PANE MERENDA POM: the deteinato e biscotti secchi | |
| 17 | ven | PASTICCIO AL RAGU' DI VITELLONE ZUCCHINE TRIFOLATE INSALATA E POMODORO PANE MERENDA POMERIGGIO: torta margherita | |
| 18 | | sabato | |
| 19 | | domenica | |
| 20 | lun | MENU' ARCOBALENO | |
| 21 | mar | MENU' ARCOBALENO | |
| 22 | mer | MENU' ARCOBALENO | |
| 23 | gio | MENU' ARCOBALENO | |
| 24 | ven | MENU' ARCOBALENO | |
| 25 | | sabato | |
| 26 | | domenica | |
| 27 | lun | PASTA AL POMODORO PISELLI AL TEGAME CAROTE ALL'OLIO POMODORO PANE MERENDA POMERIGGIO: yogurt alla frutta | |
| 28 | mar | PASTA AL RAGU' DI CARNI BIANCHE P.U. FAGIOLINI AL TEGAME CAPPUCCIO JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: gelato | |
| 29 | mer | RISO ALLA PARMIGIANA LONZA DI MAIALE AL FORNO POMODORO GRATINATI INSALATA E MAIS PANE MERENDA POMERIGGIO: pane e marmellata | |
| 30 | gio | PASTA CON POMODORINI E BASILICO MERLUZZO GRATINATO ZUCCHINE TRIFOLATE CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca | |
| 31 | ven | CREMA DI PATATE E PORRI CON ORZO UOVA SODE TRIS DI VERDURE AL TEGAME POMODORO PANE MERENDA POMERIGGIO: crostata alla marmellata | |

Mettiti in moto!

Non basta mangiare bene, bisogna essere dinamici ed allenare corpo e mente al movimento!

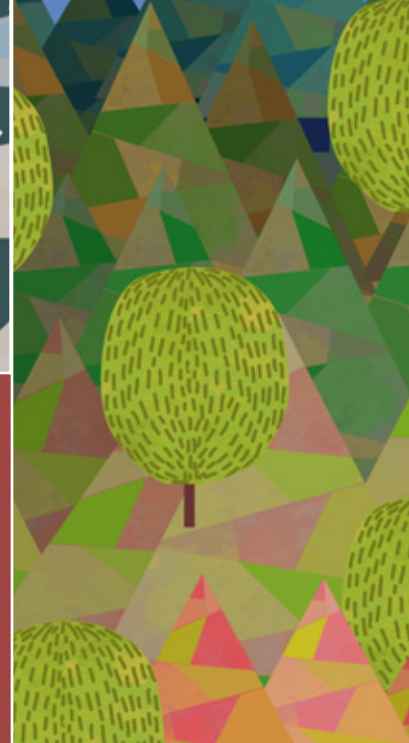
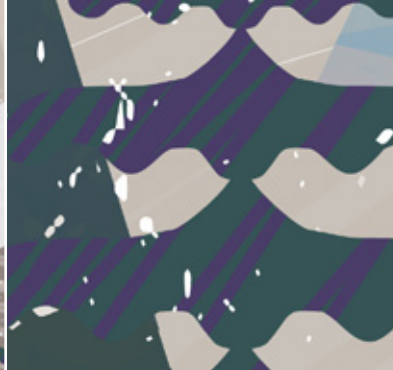
Giugno 2024

| | | |
|----|-----------------|--|
| 1 | sabato | |
| 2 | domenica | |
| 3 | lun | RISO CON ZUCCHINE POLLO AL FORNO FAGIOLINI ALL'OLIO CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: pane e cioccolata |
| 4 | mar | PASTA AL POMODORO E PISELLI BASTONCINI DI MERLUZZO AL FORNO SPINACI AL TEGAME POMODORO PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca |
| 5 | mer | CREMA DI CAROTE CON FARRO FETTINA DI TACCHINO AL LIMONE PATATE AL FORNO INSALATA PANE MERENDA POMERIGGIO: the deteinato e crackers |
| 6 | gio | PIZZA MARGHERITA FORMAGGIO ASIAGO MELANZANE TRIFOLATE CAPPUCCIO JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: yogurt alla frutta |
| 7 | ven | PASTA ALLA PIZZAIOLA HAMBURGER DI VITELLONE ZUCCHINE GRATINATE POMODORO PANE MERENDA POMERIGGIO: gelato |
| 8 | sabato | |
| 9 | domenica | |
| 10 | lun | PASTA CON POMODORINI E OLIVE RONDELLE UOVA STRAPAZZATE ZUCCHINE TRIFOLATE CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca |
| 11 | mar | PASTA AL PESTO DI BASILICO POLPETTE DI LEGUMI AL FORNO FAGIOLINI AL TEGAME POMODORO PANE MERENDA POMERIGGIO: budino alla vaniglia |
| 12 | mer | INSALATA DI RISO VEGETARIANA POLPETTINE DI MERLUZZO POMODORO GRATINATI INSALATA PANE MERENDA POM: fette biscottate e marmellata |
| 13 | gio | LASAGNE AL RAGU' DI VITELLONE P.U. VERDURA COTTA SALTATA INSALATA E POMODORO PANE MERENDA POMERIGGIO: torta paradiso |
| 14 | ven | CREMA AURORA CON ORZO BOCCONCINI DI POLLO DORATI AL MAIS PATATE ALL'OLIO CAPPUCCIO JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: yogurt alla frutta |
| 15 | sabato | |
| 16 | domenica | |
| 17 | lun | PIZZA MARGHERITA PROSCIUTTO COTTO ZUCCHINE TRIFOLATE CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: pane e cioccolata |

| | | |
|----|-----------------|--|
| 18 | mar | RAVIOLI RICOTTA/SPINACI BURRO E SALVIA PLATESSA GRATINATA AL MAIS SPINACI AL TEGAME CAPPUCCIO JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: gelato |
| 19 | mer | RISO CON ZUCCHINE E ZAFFERANO FORMAGGIO GRANA DA TAVOLA FAGIOLINI ALL'OLIO POMODORO FRESCO PANE MERENDA POMERIGGIO: yogurt alla frutta |
| 20 | gio | PASSATO DI VERDURA CON PASTINA HAMBURGER DI TACCHINO AL FORNO PATATE AL FORNO INSALATA E POMODORO PANE MERENDA POMERIGGIO: the deteinato e crackers |
| 21 | ven | PASTA AL POMODORO CROCCHETTE DI LEGUMI E SPINACI CAROTE PREZZEMOLATE INSALATA PANE MERENDA POMERIGGIO: frutta fresca |
| 22 | sabato | |
| 23 | domenica | |
| 24 | lun | CREMA DI PATATE E PORRI CON ORZO UOVA SODE TRIS DI VERDURE AL TEGAME POMODORO PANE MERENDA POMERIGGIO: budino alla vaniglia |
| 25 | mar | PASTA AL POMODORO FORMAGGIO PRIMOSALE CAROTE ALL'OLIO POMODORO PANE MERENDA POMERIGGIO: yogurt alla frutta |
| 26 | mer | PASTA AL RAGU' DI CARNI BIANCHE P.U. PISELLI AL TEGAME CAPPUCCIO JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: torta margherita |
| 27 | gio | RISO ALLA PARMIGIANA ARROSTO DI TACCHINO AL FORNO POMODORO GRATINATI INSALATA E MAIS PANE MERENDA POMERIGGIO: pane e marmellata |
| 28 | ven | PIZZA MARGHERITA PROSCIUTTO COTTO ZUCCHINE TRIFOLATE CAROTE JULIENNE PANE MERENDA POMERIGGIO: GELATO |
| 29 | sabato | |
| 30 | domenica | |

Pit-stop!

Lo spuntino ideale? Nutriente e leggero!



**EURO**
RISTORAZIONE

Euroristorazione s.r.l.

via Savona, 144 - 36040 - Torri di Quartesolo (VI)
Tel 0444 58 06 99 - Fax 0444 58 36 55
www.euroristorazione.it - info@euroristorazione.it

