



Menù Ottobre



GIORNO	 Lunedì 29	 Martedì 30	 Mercoledì 1	 Giovedì 2	 Venerdì 3
ANTIPASTO	insalata verde	lenticchie	Carote grattugiate	tris di fagioli	insalata con condimenti a scelta
PRIMO	farfalle integrali al ragu di tonno	polpette al pomodoro	arista di maiale al forno	uova al forno	riso freddo con condimenti a scelta
SECONDA SCELTA	tonno e mais	polpette vegetali	tacchino arrosto	frittata di patate	x
PRIMO VEGETARIANO	penne alla norma	x	burger di verdure di stagione	x	x
CONTORNO	carote saltate	riso all'olio	patate arrosto	zucchine saltate	cavolfiore al forno
DOLCE	compote alla pera	torta al cacao	yogurt	Banana bread	x
FRUTTA	mele pere	pesche susine	mele banane	pere susine	mele banane pesche
GIORNO	 Lunedì 6	 Martedì 7	 Mercoledì 8	 Giovedì 9	 Venerdì 10
ANTIPASTO	ceci	Zuppa di farro	Carote saltate	Pisellini	insalata con condimenti a scelta
PRIMO	burger di manzo	Fishburger di merluzzo	Pasta all'amatriciana	arrosto di tacchino	pizza con würstel
SECONDA SCELTA	burger vegetali	Filetto di merluzzo con impanatura al limone	fusilli al pesto	uova al forno	pizza rossa
PRIMO VEGETARIANO	x	sformatini di verdure fresche	x	x	pizza margherita
CONTORNO	Spinaci	Fagiolini in umido	broccoli al forno	patate arrosto	x
DOLCE	compote mela e prugna	torta alle carote	yogurt	torta alle mele	x
FRUTTA	mele pere	pesche susine	mele banane	pere susine	mele banane pesche
GIORNO	 Lunedì 13	 Martedì 14	 Mercoledì 15	 Giovedì 16	 Venerdì 17 Menù di Halloween
ANTIPASTO	Minestrone con verdure di stagione	tris di fagioli	Pisellini	insalata con condimenti a scelta	stuzzichini cotti al forno
PRIMO	farfalle integrali ai quattro formaggi	arista di maiale	sedani al ragu toscano	Cuori di nasello al forno	Risotto con crema di zucca gialla e salsiccia
SECONDA SCELTA	farfalle integrali al pomodoro	arrosto di tacchino	sedani al pesto genovese	Nasello in umido	x
PRIMO VEGETARIANO	x	burger vegetali	x	sformatini di verdure	Risotto con crema di zucca gialla e taleggio
CONTORNO	cavolfiore al forno	zucchine	carote saltate	patatine fritte	fagiolini in umido
DOLCE	compote mela albicocca	torta alle pere	yogurt	x	Torta con sorpresa
FRUTTA	mele pere	pesche susine	mele banane	pere susine	mele banane pesche
GIORNO	 Lunedì 20	 Martedì 21	 Mercoledì 22	 Giovedì 23	 Venerdì 24
ANTIPASTO	spinaci	taccole al pomodoro	pisellini	x	x
PRIMO	fusilli al ragu bianco	polpette al pomodoro	risotto al ragu di tonno	x	x
SECONDA SCELTA	fusilli alla contadina	polpette vegetali	risotto alle zucchine e speck	x	x
PRIMO VEGETARIANO	x	x	risotto alle zucchine	x	x
CONTORNO	broccoli al forno	riso all'olio	carotine baby	x	x
DOLCE	compote alla mela	torta Margherita	x	x	x
FRUTTA	mele pere	pesche susine	mele banane	x	x