

Tabella dietetica vegetariana	
Giorno	MENU INVERNALE– Scuole Infanzia – Primaria – Secondaria
lunedì 07 gennaio 2019	Pasta con zucca,frittata con spinaci
martedì 08 gennaio 2019	Riso al pomodoro,formaggio spalmabile,tris di verdure*
mercoledì 09 gennaio 2019	Pasta con lenticchie,pomodori e mais
giovedì 10 gennaio 2019	Pasta con crema di carciofi,mozzarella,carote lesse
venerdì 11 gennaio 2019	Pasta con pesto,pietanza vegetale,patate al forno
lunedì 14 gennaio 2019	Pasta con piselli,carote lesse
martedì 15 gennaio 2019	Pasta con cavolo,pietanza vegetale,patate al forno
mercoledì 16 gennaio 2019	Pasta al pomodoro,frittata con zucchine
giovedì 17 gennaio 2019	Pasta con fagioli,spinaci al parmigiano
venerdì 18 gennaio 2019	Riso con patate,formaggio spalmabile,insalata verde al limone*
lunedì 21 gennaio 2019	Risotto con spinaci,mozzarella,insalata verde al limone
martedì 22 gennaio 2019	Zuppa di farro con legumi,insalata di pomodori
mercoledì 23 gennaio 2019	Riso con verza,formaggio spalmabile,piselli(senza prosciutto)
giovedì 24 gennaio 2019	Pasta al pomodoro,pietanza vegetale,zucchine a tocchetti al forno*
venerdì 25 gennaio 2019	Pasta con ceci,polpettine di spinaci e ricotta al forno
lunedì 28 gennaio 2019	Pasta con besciamella(senza prosciutto),spinaci al parmigiano
martedì 29 gennaio 2019	Pasta con passato di verdure,uova strapazzate al formaggio*
mercoledì 30 gennaio 2019	Pasta con piselli,broccoli baresi al limone
giovedì 31 gennaio 2019	Pasta con cavolo,formaggio spalmabile,spinaci al limone

*=panino integrale

Tutti i giorni sono previsti:

- panino bianco o integrale

- 3 giorni a settimana frutta fresca tagliata e 2 giorni frutta fresca (banane, arance, clementine mele)