MENU' AUTUNNO INVERNO STANDARD- METÀ MATTINA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SETTIMANA 1	• Frutta fresca di stagione	• Crackers non salati	• Budino al cioccolato	• Focaccia al taglio	• Yogurt alla frutta da latte parz. scr.
SETTIMANA 2	Frutta fresca di stagione	• Budino al cioccolato	• Focaccia al taglio	• Crackers non salati	• Yogurt alla frutta da latte parz. scr.
SETTIMANA 3	• Budino al cioccolato	• Crackers non salati	• Frutta fresca di stagione	• Focaccia al taglio	• Yogurt alla frutta da latte parz. scr.
SETTIMANA 4	• Yogurt alla frutta da latte scr.	• Crackers non salati	• Budino al cioccolato	• Focaccia al taglio	• Frutta fresca di stagione

MENU' AUTUNNO INVERNO STANDARD- PRANZO

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SETTIMANA 1	• Riso, pomodoro e parmigiano • Bocconcini di pollo • Spinaci al limone • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta con il parmigiano • Frittata • Insalata mista • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Minestrone con riso integrale e legumi • Parmigiano grattugiato • Bieta saltata • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Gnocchi, pomodoro e parmigiano • Merluzzo al forno • Carote julienne • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta, broccoli e parmigiano • Caciottina • Finocchi al vapore • Pane bianco • Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 2	• Pasta, verdure e parmigiano • Platessa al forno • Carote al vapore • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta e fagioli • Parmigiano grattugiato • Broccoli al vapore • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Minestrone con riso integrale e parmigiano • Straccetti di pollo • Patate prezzemolate • Frutta fresca di stagione	• Pasta, zucca e parmigiano • Ricotta di vacca • Cavolfiore saltato • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta, pomodoro e parmigiano • Uovo sodo • Bieta saltata • Pane bianco • Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 3	• Pasta con crema di cavolfiori e parmigiano • Spezzatino di vitello magro • Finocchi al vapore • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Minestrone con grano saraceno e legumi • Parmigiano grattugiato • Broccoli al vapore • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta con il parmigiano • Platessa a al forno • Spinaci al limone • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Riso, zucca e parmigiano • Robiola • Cavolfiori al vapore • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Polenta, ragù di vitello e parmigiano • Insalata mista • Pane bianco • Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 4	• Minestrone • Pizza Margherita • Insalata mista • Frutta fresca di stagione	• Pasta con ragù di vitello • Parmigiano grattugiato • Insalata mista • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Gnocchi, pomodoro e parmigiano • Merluzzo al forno • Spinaci saltati • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta, pomodoro e ricotta di vacca • Broccoli saltati • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta, lenticchie e pomodoro • Parmigiano grattugiato • Carciofi saltati • Pane bianco • Frutta fresca di stagione

IN CASO DI RICHIESTE PER MENU' SENZA CARNE E' POSSIBILE SOSTITUIRLA LADDOVE PRESENTE CON FORMAGGI, UOVA, PESCE

Elaborato da: Dr.ssa Ilaria Ferretti, Biologa Nutrizionista

Powered by Progeo Medical®

CELIACHIA MENU' AUTUNNO INVERNO - METÀ MATTINA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SETTIMANA 1	• Frutta fresca di stagione	• Crackers aglutinati	• Budino al cioccolato	• Focaccia aglutinata	• Yogurt alla frutta da latte parz. scr.
SETTIMANA 2	• Frutta fresca di stagione	• Budino al cioccolato	• Focaccia aglutinata	• Crackers aglutinati	• Yogurt alla frutta da latte parz. scr.
SETTIMANA 3	• Budino al cioccolato	• Crackers aglutinati	• Banane	• Focaccia aglutinata	• Yogurt alla frutta da latte parz. scr.
SETTIMANA 4	• Yogurt alla frutta da latte parz. scr.	• Crackers aglutinati	• Budino al cioccolato	• Focaccia aglutinata	• Frutta fresca di stagione

CELIACHIA MENU' AUTUNNO INVERNO - PRANZO

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SETTIMANA 1	• Riso, pomodoro e parmigiano • Bocconcini di pollo • Spinaci al limone • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione	• Pasta aglutinata con il parmigiano • Frittata • Insalata mista • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione	• Minestrone con riso integrale e legumi • Parmigiano grattugiato • Bieta saltata • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione	• Gnocchi, pomodoro e parmigiano • Merluzzo al forno • Carote julienne • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione	• Pasta aglutinata, broccoli e parmigiano • Caciottina • Finocchi al vapore • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 2	• Pasta aglutinata, verdure e parmigiano • Platessa al forno • Carote al vapore • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione	• Pasta aglutinata , fagioli e pomodoro • Parmigiano grattugiato • Broccoli al vapore • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione	• Minestrone con riso e parmigiano • Petto di pollo • Patate prezzemolate • Frutta fresca di stagione	• Riso, zucca e parmigiano • Ricotta di vacca • Cavolfiore saltato • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione	• Pasta aglutinata, pomodoro e parmigiano • Uovo sodo • Bieta saltata • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 3	• Pasta aglutinata con crema di cavolfiori e parmigiano • Spezzatino di vitello magro • Finocchi al vapore • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione	• Minestrone con grano saraceno e legumi • Parmigiano grattugiato • Broccoli al vapore • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione	• Pasta aglutinata con il parmigiano • Platessa al forno • Spinaci al limone • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione	• Riso, zucca e parmigiano • Robiola • Cavolfiori • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione	• Polenta, ragù di vitello e parmigiano • Insalata mista • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 4	• Minestrone • Pizza Margherita aglutinata • Insalata mista • Frutta fresca di stagione	• Pasta aglutintata con ragù di vitello • Parmigiano grattugiato • Insalata mista • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione	• Gnocchi, pomodoro e parmigiano • Merluzzo al forno • Spinaci saltati • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione	• Pasta, pomodoro e ricotta di vacca • Broccoli saltati • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione	• Pasta, lenticchie e pomodoro • Parmigiano grattugiato • Carciofi saltati • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione

Valido da ottobre a febbraio

SENZA LATTICINI MENU' AUTUNNO INVERNO - METÀ MATTINA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SETTIMANA 1	• Frutta fresca di stagione	• Crackers non salati	• Pane bianco • Marmellata	• Focaccia al taglio	• Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 2	• Frutta fresca di stagione	• Crackers non salati	• Pane bianco • Marmellata a ridotto tenore di zucchero	• Focaccia al taglio	• Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 3	• Frutta fresca di stagione	• Crackers non salati	• Focaccia al taglio	• Pane bianco • Marmellata a ridotto tenore di zucchero	• Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 4	• Frutta fresca di stagione	• Crackers non salati	• Pane bianco • Marmellata a ridotto tenore di zucchero	• Focaccia al taglio	• Frutta fresca di stagione

Elaborato da:

SENZA LATTICINI MENU' AUTUNNO INVERNO - PRANZO

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SETTIMANA 1	• Riso con il pomodoro • Bocconcini di pollo • Spinaci al limone • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta con le verdure • Frittata • Insalata mista • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Minestrone con riso integrale e legumi • Bieta saltata • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Gnocchi con pomodoro • Merluzzo al forno • Carote julienne • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta con i broccoli • Prosciutto cotto SL • Finocchi al vapore • Pane bianco • Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 2	• Pasta con le verdure • Platessa al forno • Carote al vapore • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta e fagioli • Broccoli al vapore • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Minestrone con riso integrale • Straccetti di pollo • Patate prezzemolate • Frutta fresca di stagione	• Pasta con la zucca • Hamburger di ceci • Cavolfiore saltato • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta con il pomodoro • Uovo sodo • Bieta saltata • Pane bianco • Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 3	• Pasta con crema di cavolfiori • Spezzatino di Vitello magro • Finocchi al vapore • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Minestrone con grano saraceno e legumi • Broccoli al vapore • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta con il pomodoro • Platessa al forno • Spinaci al limone • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Riso con la zucca • Prosciutto cotto SL • Cavolfiori al vapore • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Polenta con ragù di vitello • Insalata mista • Pane bianco • Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 4	• Minestrone • Pizza al taglio rossa alle verdure • Fesa di tacchino arrosto SL • Frutta fresca di stagione	• Pasta con ragù di vitello • Insalata mista • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Gnocchi con pomodoro • Merluzzo al forno • Spinaci saltati • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta con il pomodoro • Uovo di gallina • Broccoli al vapore • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta, lenticchie e pomodoro • Carciofi saltati • Pane bianco • Frutta fresca di stagione

Elaborato da:

LATTO-OVO-VEGETARIANO - METÀ MATTINA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SETTIMANA 1	• Frutta fresca di stagione	• Crackers non salati	• Budino al cioccolato	• Focaccia al taglio	• Yogurt alla frutta da latte parz. scr.
SETTIMANA 2	• Frutta fresca di stagione	• Crackers non salati	• Budino al cioccolato	• Focaccia al taglio	• Yogurt alla frutta da latte parz. scr.
SETTIMANA 3	• Frutta fresca di stagione	• Crackers non salati	• Focaccia al taglio	• Budino al cioccolato	• Yogurt alla frutta da latte parz. scr.
SETTIMANA 4	• Frutta fresca di stagione	• Crackers non salati	• Budino al cioccolato	• Focaccia al taglio	• Yogurt alla frutta da latte parz. scr.

Elaborato da:

LATTO-OVO-VEGETARIANO - PRANZO

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SETTIMANA 1	• Pasta e ceci • Parmigiano grattugiato • Spinaci al limone • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta con il parmigiano • Frittata • Insalata mista • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Minestrone con riso integrale e legumi • Parmigiano grattugiato • Bieta saltata • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Gnocchi, pomodoro e parmigiano • Hamburger vegetale • Carote julienne • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta, broccoli e parmigiano • Caciottina • Finocchi al vapore • Pane bianco • Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 2	• Pasta, verdure e parmigiano • Stracchino • Carote al vapore • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta e fagioli • Parmigiano grattugiato • Broccoli al vapore • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Minestrone con orzo, patate e legumi • Parmigiano grattugiato • Spinaci • Frutta fresca di stagione	• Pasta, zucca e parmigiano • Ricotta di vacca • Cavolfiore saltato • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta, pomodoro e parmigiano • Uovo sodo • Bieta saltata • Pane bianco • Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 3	• Pasta con crema di cavolfiori e parmigiano • Robiola • Finocchi al vapore • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Minestrone con grano saraceno e legumi • Parmigiano grattugiato • Broccoli al vapore • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta con il parmigiano • Frittata • Spinaci • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Riso, zucca e parmigiano • Robiola • Cavolfiori al vapore • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Polenta, pomodoro e parmigiano • Hamburger di lenticchie • Insalata mista • Pane bianco • Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 4	• Minestrone • Pizza Margherita al taglio • Insalata mista • Frutta fresca di stagione	• Orzo e lenticchie • Parmigiano grattugiato • Carote al vapore • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Gnocchi, pomodoro e parmigiano • Uovo di gallina • Spinaci saltati • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta, pomodoro e ricotta di vacca •Parmigiano grattugiato • Broccoli al vapore • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta, lenticchie e pomodoro • Parmigiano grattugiato • Cavolfiore saltato • Pane bianco • Frutta fresca di stagione

Elaborato da:

MENU' PRIMAVERA ESTATE STANDARD - METÀ MATTINA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SETTIMANA 1	• Mousse di mela e banana	• Focaccia al taglio	• Frutta fresca di stagione	• Yogurt alla frutta da latte parz. scr.	• Crackers non salati
SETTIMANA 2	• Yogurt alla frutta da latte parz. scr.	• Focaccia al taglio	• Frutta fresca di stagione	• Crackers non salati	• Mousse di pera
SETTIMANA 3	• Yogurt alla frutta da latte parz. scr.	• Focaccia al taglio	• Crackers integrali	• Mousse di mela e prugna	• Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 4	• Yogurt alla frutta da latte parz. scr.	• Focaccia al taglio	• Crackers integrali	• Mousse di mela	• Frutta fresca di stagione

MENU' PRIMAVERA ESTATE STANDARD - PRANZO

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SETTIMANA 1	• Riso, pomodoro e parmigiano • Platessa al forno • Insalata mista • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Farro con verdure • Crescenza • Fagiolini al limone • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta, zucchine e parmigiano • Bocconcini di vitello magro • Spinaci al limone • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Minestrone con riso e legumi • Insalata di pomodori • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta con il parmigiano • Uovo sodo • Zucchine in padella • Pane bianco • Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 2	• Pasta, verdure e parmigiano • Spezzatino di tacchino • Zucchine in padella • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Riso, pomodoro e parmigiano • Platessa al forno • Spinaci • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Passato di verdure • Pizza Margherita al piatto • Insalata mista • Frutta fresca di stagione	• Pasta, carciofi e parmigiano • Uovo sodo • Carote al vapore • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta con il pesto • Stracchino • Insalata di finocchi crudi • Pane bianco • Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 3	• Riso e lenticchie • Parmigiano grattugiato • Fagiolini al limone • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta con il parmigiano • Merluzzo al forno • Carote julienne • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Insalata di riso • Insalata mista • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Gnocchi, pomodoro e parmigiano • Bocconcini di pollo • Spinaci al limone • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta, pomodoro e parmigiano • Frittata con porri • Lattuga • Pane bianco • Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 4	• Pasta, zucchine e parmigiano • Platessa al forno • Finocchi al vapore • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Riso, carote e parmigiano • Straccetti di pollo • Lattuga • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Farro e lenticchie • Parmigiano grattugiato • Spinaci al limone • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta, pomodoro e parmigiano • Uovo sodo • Fagiolini al limone • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Minestrone • Pizza Margherita al piatto • Lattuga • Frutta fresca di stagione

IN CASO DI RICHIESTE PER MENU' SENZA CARNE E' POSSIBILE SOSTITUIRLA LADDOVE PRESENTE CON FORMAGGIO, UOVA, PESCE

LATTO-OVO-VEGETARIANO - METÀ MATTINA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SETTIMANA 1	• Mousse di mela e banana	• Focaccia al taglio	• Frutta fresca di stagione	• Yogurt alla frutta da latte parz. scr.	• Crackers non salati
SETTIMANA 2	• Yogurt alla frutta da latte parz. scr.	• Focaccia al taglio	• Frutta fresca di stagione	• Crackers non salati	• Mousse di pera
SETTIMANA 3	• Yogurt alla frutta da latte parz. scr.	• Focaccia al taglio	• Crackers integrali	• Mousse di mela e prugna	• Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 4	• Yogurt alla frutta da latte parz. scr.	• Focaccia al taglio	• Crackers integrali	• Mousse di mela	• Frutta fresca di stagione

Elaborato da:

LATTO-OVO-VEGETARIANO - PRANZO

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SETTIMANA 1	• Riso e fagioli • Parmigiano grattugiato • Insalata mista • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Farro con verdure di stagione • Crescenza • Fagiolini al limone • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta, lenticchie e pomodoro • Parmigiano grattugiato • Spinaci al limone • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Minestrone con orzo e parmigiano • Mozzarella • Insalata di pomodori • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta con il parmigiano • Uovo sodo • Zucchine in padella • Pane bianco • Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 2	• Pasta, verdure e parmigiano • Hamburger di ceci • Zucchine in padella • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Riso, pomodoro e parmigiano • Caciottina • Bieta saltata • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pizza Margherita al piatto • Insalata mista • Frutta fresca di stagione	• Pasta, carciofi e parmigiano • Uovo sodo • Carote al vapore • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta con il pesto • Stracchino • Insalata di finocchi crudi • Pane bianco • Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 3	• Riso e lenticchie • Parmigiano grattugiato • Fagiolini al limone • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta con il parmigiano • Hamburger di fagioli • Carote julienne • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Insalata di riso • Insalata mista • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Gnocchi, pomodoro e parmigiano • Ricotta di vacca • Spinaci al limone • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta, pomodoro e parmigiano • Frittata con porri • Lattuga • Pane bianco • Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 4	• Minestrone con grano saraceno, patate e legumi • Finocchi al vapore • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Risocon crema di carote e parmigiano • Stracchino • Lattuga • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Farro e lenticchie • Parmigiano grattugiato • Spinaci al limone • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta, pomodoro e parmigiano • Uovo sodo • Fagiolini al limone • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Minestrone • Pizza Margherita al piatto • Insalata mista • Frutta fresca di stagione

Elaborato da:

Valido da marzo a giugno

MENU' PRIMAVERA ESTATE SENZA LATTICINI - METÀ MATTINA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SETTIMANA 1	• Mousse di mela e banana	• Focaccia al taglio	• Crackers integrali	• Pane bianco • Marmellata a ridotto tenore di zucchero	• Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 2	• Pane bianco • Marmellata a ridotto tenore di zucchero	• Focaccia al taglio	• Crackers integrali	• Mousse di pera	• Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 3	• Pane bianco • Marmellata a ridotto tenore di zucchero	• Focaccia al taglio	• Crackers integrali	• Mousse di mela e prugna	• Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 4	• Pane bianco • Marmellata a ridotto tenore di zucchero	• Focaccia al taglio	• Crackers integrali	• Mousse di mela	• Frutta fresca di stagione

Elaborato da:

Valido da marzo a giugno

MENU' PRIMAVERA ESTATE SENZA LATTICINI - PRANZO

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SETTIMANA 1	• Riso con i fagioli • Insalata mista • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Farro con verdure • Merluzzo al forno • Fagiolini al limone • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta con le zucchine • Vitello magro • Spinaci al limone • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Minestrone con riso e legumi • Insalata di pomodori • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta in bianco • Uovo sodo • Zucchine in padella • Pane bianco • Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 2	• Pasta con le verdure • Spezzatino di tacchino • Zucchine in padella • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Riso con il pomodoro • Platessa al forno • Bieta saltata • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pizza al piatto rossa alle verdure • Prosciutto cotto SL • Insalata mista • Frutta fresca di stagione	• Pasta con i carciofi • Uovo sodo • Carote al vapore • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta e ceci • Insalata di finocchi crudi • Pane bianco • Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 3	• Riso e lenticchie • Fagiolini al limone • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta in bianco • Merluzzo al forno • Carote julienne • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Insalata di riso • Insalata mista • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Gnocchi con pomodoro • Bocconcni di pollo • Spinaci al limone • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta con il pomodoro • Frittata con porri • Lattuga • Pane bianco • Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 4	• Pasta con le zucchine • Platessa al forno • Finocchi al vapore • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Riso con le carote • Straccetti di pollo • Lattuga • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Farro e lenticchie • Spinaci al limone • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Pasta con il pomodoro • Uovo sodo • Fagiolini al limone • Pane bianco • Frutta fresca di stagione	• Minestrone • Pizza Marinara al piatto • Prosciutto cotto SL • Frutta fresca di stagione

Elaborato da:

CELIACHIA MENU' PRIMAVERA ESTATE - METÀ MATTINA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SETTIMANA 1	• Mousse di mela e banana	• Focaccia aglutinata	• Frutta fresca di stagione	• Yogurt alla frutta da latte parz. scr.	• Crackers aglutinati
SETTIMANA 2	• Yogurt alla frutta da latte parz. scr.	• Focaccia aglutinata	• Frutta fresca di stagione	• Crackers aglutinati	• Mousse di pera
SETTIMANA 3	• Yogurt alla frutta da latte parz. scr.	• Focaccia aglutinata	• Crackers aglutinati	• Mousse di mela e prugna	• Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 4	• Yogurt alla frutta da latte parz. scr.	• Focaccia aglutinata	• Crackers aglutinati	• Mousse di mela	• Frutta fresca di stagione

CELIACHIA MENU' PRIMAVERA ESTATE - PRANZO

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SETTIMANA 1	• Riso, pomodoro e parmigiano • Platessa al forno • Insalata mista • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione	• Couscous di mais con verdure • Crescenza • Fagiolini al limone • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione	• Pasta aglutinata, zucchine e parmigiano • Bocconcini di vitello magro • Spinaci al limone • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione	• Minestrone con riso e legumi • Parmigiano grattugiato • Insalata di pomodori • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione	• Pasta aglutinata con il parmigiano • Uovo sodo • Zucchine in padella • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 2	• Pasta aglutinata, verdure e parmigiano • Spezzatino di tacchino • Zucchine in padella • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione	• Riso, pomodoro e parmigiano • Platessa al forno • Spinaci al limone • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione	• Passato di verdure • Pizza Margherita aglutinata • Insalata mista • Frutta fresca di stagione	• Pasta aglutinata, carciofi e parmigiano • Uovo sodo • Carote al vapore • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione	• Pasta aglutinata al pesto • Stracchino • Insalata di finocchi crudi • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 3	• Riso e lenticchie • Parmigiano grattugiato • Fagiolini al limone • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione	• Pasta aglutinata con il parmigiano • Merluzzo al forno • Carote julienne • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione	• Insalata di riso • Insalata mista • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione	• Gnocchi, pomodoro e parmigiano • Bocconcini di pollo • Spinaci al limone • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione	• Pasta aglutinata, pomodoro e parmigiano • Frittata con porri • Lattuga • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione
SETTIMANA 4	• Pasta aglutinata, zucchine e parmigiano • Platessa al forno • Finocchi al vapore • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione	• Riso, carote e parmigiano • Straccetti di pollo • Lattuga • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione	• Riso e lenticchie • Parmigiano grattugiato • Spinaci al limone • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione	• Pasta aglutinata, pomodoro e parmigiano • Uovo sodo • Fagiolini al limone • Pane aglutinato • Frutta fresca di stagione	• Minestrone • Pizza Margherita aglutinata • Insalata mista • Frutta fresca di stagione

Elaborato da: Dr.ssa Ilaria Ferretti, Biologa Nutrizionista

Powered by Progeo Medical®