



GENNAIO

Cosa c'è di buono in natura:

FRUTTA: arancia, banana, clementine, mela, pera, kiwi, mandarino

VERDURA: barbabietola, bietola, carciofi, cavoli, carote, finocchio, insalata, patate, porri, spinaci, zucca, cime di rapa

IL MENU DEL GIORNO:

1° piatto (pasta comune o riso) asciutto con condimenti di vario tipo: pomodoro, pesto verdure, ragù, oppure minestra di verdura o di legumi

2° piatto scegliendo a rotazione fra: carne bianca carne rossa, pesce, formaggio (da prediligere sulla frequenza del salume magro), prosciutto crudo o cotto, piatti a base di uova (omelette, frittate e tortini)

Contorno di verdura di stagione cruda o cotta (di stagione o surgelata), patate o legumi

Pane toscano o integrale prodotto con farine italiane

Frutta fresca di stagione di provenienza nazionale

Condimento olio extravergine d'oliva bio e parmigiano reggiano dop

Una volta al mese la porzione di frutta verrà sostituita da una porzione di torta di nostra produzione.

Tutti i giorni, per i nidi d'infanzia è disponibile (su richiesta) verdura cotta.

LEGENDA ALLERGENI:

1 Glutine, 2 uovo, 3 pesce, 4 latte e derivati, 5 sedano

1	2	3	4	5
	CREMA DI LEGUMI CON PASTINA FRITTATA CONTORNO DI VERDURA CRUDA O COTTA 1,2,4	PASTA ALL'ARRABBIATA HAMBURGER <i>di vitello</i> CONTORNO DI VERDURA CRUDA O COTTA 1,	PASTA AL PESTO BASTONCINI DI TOTANI IMPANATI E COTTI AL FORNO CONTORNO DI VERDURA CRUDA O COTTA 1,4,2,3	RISO AL PARMIGIANO PIATTO FREDDO CONTORNO DI VERDURA CRUDA O COTTA 4,
8	9	10	11	12
PASTA ALL'OLIO ROAST BEEF LEGUMI 1,5	PDSC LASAGNE AL POMODORO MTV- LATERINA RAVIOLI BURRO E SALVIA PIATTO FREDDO CONTORNO DI VERDURA CRUDA O COTTA PANE INTEGRALE 1,2,4,5	RISO ALLE VERDURE DI STAGIONE FISH BURGER CONTORNO DI VERDURA CRUDA O COTTA 1,2,3	BRODO VEGETALE CON PASTINA BOCCONCINI DI TACCHINO AL FORNO CONTORNO DI VERDURA CRUDA O COTTA 1,2	PASTA AL POMODORO POLPETTA DI LEGUMI CONTORNO DI VERDURA CRUDA O COTTA 1,5,2,4
15	16	17	18	19
PASTA ALL'ARRABIATA FRITTATA AL FORMAGGIO CONTORNO DI VERDURA CRUDA O COTTA 1,5,2,4	RISO ALLA ZUCCA e /o PORRI BASTONCINI DI TOTANI IMPANATI CONTORNO DI VERDURA CRUDA O COTTA 1,2,3	PASSATO DI VERDURA CON riso -pastina o crostini BOCCONCI DI POLLO IMPANATI PATATE LESSE O AL FORNO 1,5,2,	LASAGNA AL POMODORO PIATTO FREDDO CONTORNO DI VERDURA CRUDA O COTTA 1,2,4,5	PASTA AL PESTO ARISTA LEGUMI 1,4
22	23	24	25	26
PASTA AL BURRO/ OLIO FILETTO DI PESCE AGLI AGRUMI CONTORNO DI VERDURA CRUDA O COTTA 1,4,2,3	PASTA ALLA PIZZAIOLA FESA DI TACCHINO AL FORNO PATATE AL FORNO 1,5	RAVIOLI BURRO E SALVIA PIATTO FREDDO CONTORNO DI VERDURA CRUDA O COTTA 1,2,3,4	BRODO VEGETALE CON PASTINA POLPETTE DI VITELLO AL POMODORO CONTORNO DI VERDURA CRUDA O COTTA 1	RISO AL PARMIGIANO TORTA DI PATATE CONTORNO DI VERDURA CRUDA O COTTA 2,4
29	30	31		
PASTA AL RAGU PIATTO FREDDO CONTORNO DI VERDURA CRUDA O COTTA 1,5,4	PASTA AL PESTO BOCCONCI DI POLLO IMPANATI CONTORNO DI VERDURA CRUDA O COTTA 1,4,2	PASTA AL POMODORO SPINACINE CONTORNO DI VERDURA CRUDA O COTTA 1,5,2,4		