



Unione Montana Alta Val di Cecina Servizio Istruzione

Menù speciale per favismo e allergia ai legumi primavera/estate*			
1° settimana	2° settimana	3° settimana	4° settimana
<b>lunedì</b>	<b>lunedì</b>	<b>lunedì</b>	<b>lunedì</b>
PASTA AL PESTO ROAST-BEAF INSALATA DI POMODORI FRUTTA FRESCA	RISO CON CALAMARI FRITTATA DI PATATE FAGIOLINI LESSI FRUTTA FRESCA	INSALATA DI RISO INSALATA YOGURT	FARRO AL PESTO E POMODORINI FRESCHI TONNO AL NATURALE BIETOLE SALTATE FRUTTA FRESCA
<b>martedì</b>	<b>martedì</b>	<b>martedì</b>	<b>martedì</b>
INSALATA DI RISO FAGIOLINI LESSI YOGURT	FARRO AL PESTO E POMODORINI FRESCHI FILETTO DI PLATESSA IMPANATO AL FORNO BIETOLE SALTATE FRUTTA FRESCA	PASTA AL PESTO BOCCONCINI DI POLLO AL LIMONE INSALATA FRUTTA FRESCA	RISO AL RAGU' OMELETTE ALLE ERBETTE FAGIOLINI IN UMIDO FRUTTA FRESCA
<b>mercoledì</b>	<b>mercoledì</b>	<b>mercoledì</b>	<b>mercoledì</b>
PASSATO DI VERDURA CON PASTA O RISO CROCCHETTE DI MERLUZZO PATATE BOLLITE AL PREZZEMOLO FRUTTA FRESCA	TORTELLINI AL POMODORO RICOTTA INSALATA DI POMODORI FRUTTA FRESCA	RISO/PASTA AL SUGO DI PESCE PROSCIUTTO CRUDO CAROTE AL VAPORE FRUTTA FRESCA	BRUSCHETTE AL POMODORO FRESCO FETTINA DI MANZO AI FERRI INSALATA FRUTTA FRESCA
<b>giovedì</b>	<b>giovedì</b>	<b>giovedì</b>	<b>giovedì</b>
LASAGNE CON POMODORO E MOZZARELLA UOVO SODO INSALATA FRUTTA FRESCA	PASTA ALL'OLIO EVO E PARMIGIANO TONNO AL NATURALE CROCCHETTE DI CAROTE YOGURT	PASTA AL POMODORO CROCCHETTE DI MERLUZZO INSALATA DI POMODORI FRUTTA FRESCA	RISO CON CALAMARI INSALATA CAPRESE FRUTTA FRESCA
<b>venerdì</b>	<b>venerdì</b>	<b>venerdì</b>	<b>venerdì</b>
PASTA AL TONNO PROSCIUTTO CRUDO CAROTE AL VAPORE FRUTTA FRESCA	BRUSCHETTE AL POMODORO FRESCO TACCHINO AI FERRI INSALATA FRUTTA FRESCA	PASSATO DI VERDURA CON PASTO O RISO UOVO SODO PURE' DI PATATE FRUTTA FRESCA	PASTA AL PESTO PROSCIUTTO CRUDO CROCCHETTE DI CAROTE YOGURT
FRUTTA FRESCA: albicocca, susina, pesca, mela e banana. Proposte in base al grado di maturazione constatato giorno per giorno dal personale di cucina. <b>Si garantisce lo stesso apporto calorico, di proteine, carboidrati e lipidi del menù principale</b>			

Idealcoop Società Cooperativa Sociale Onlus



DOT.SSA ELISA MUSETTI  
 Dietista  
 UF Igiene e Prevenzione  
 Nutrizione Pisana  
 Dipartimento di Prevenzione

Dott.ssa Chiara Caffarata Biologo Nutrizionista

21.5.19