

S.I.P. "S. CABRINI" PROPOSTA DI TABELLA DIETETICA COLLETTIVA AUTUNNO- INVERNO

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1 S E T T I M A N A	* Farro/pasta integrale al pesto * Piatto di affettati e formaggi * Misto di verdure crude * Pane comune/integrale * Frutta fresca	* Minestra di verdure e legumi con pasta/riso * Petto di pollo agli aromi * Patate al forno/prezzemolate * Pane comune/integrale * Frutta fresca	* Risotto allo zafferano * Bastoncini di pesce * Fagiolini * Pane comune/integrale * Frutta fresca	* Pasta pomodoro, capperi e origano * Polpettone di vitello * Carote olio e limone * Pane comune/integrale * Frutta fresca	* Buffet di verdure e legumi * Pizza margherita * Pane comune/integrale * Frutta fresca
2 S E T T I M A N A	* Pasta con besciamella e zafferano * Frittata con verdure/erbe aromatiche * Fagiolini * Pane comune/integrale * Frutta fresca	* Polenta/pasta agli aromi * Arrosto * Piselli/lenticchie * Pane comune/integrale * Frutta fresca	* Pasta con pomodoro e tonno * Tortino di riso e formaggio * Cavolo cappuccio * Pane comune/integrale * Frutta fresca	* Minestra di pasta e fagioli * Cotoletta di pollo al forno * Patate al forno/prezzemolate * Pane comune/integrale * Frutta fresca	* Pasta al pomodoro e pesto * Filetto di pesce con olive * Finocchi gratinati/in insalata * Pane comune/integrale * Frutta fresca
3 S E T T I M A N A	* Risotto alla parmigiana * Frittata * Carote olio e limone * Pane comune/integrale * Frutta fresca	* Buffet di verdure e legumi * Pasta con besciamella, pomodoro e fontina * Pane comune/integrale * Frutta fresca	* Ravioli di magro olio e salvia * Filetto di pesce dorato al forno/ bastoncini di pesce * Broccoletti * Pane comune/integrale	* Crema di legumi misti con pasta * Fettina di lonza al pomodoro * Fagiolini * Pane comune/integrale * Frutta fresca	* Pasta al sugo di verdure * Filetto di pesce con pomodoro e olive * Puré di patate * Pane comune/integrale
4 S E T T I M A N A	* Pasta al pesto * Frittata al pomodoro * Carote olio e limone * Pane comune/integrale * Frutta fresca	* Risotto con zucca * Bocconcini di pollo * Pane comune/integrale * Frutta fresca	* Gnocchi al pomodoro * Filetto di pesce dorato al forno * Misto di verdure crude * Pane comune/integrale * Frutta fresca	* Passato di verdure, legumi con pasta integrale/farro * Arrosto di lonza al latte * Erbette/spinaci * Pane comune/integrale	* Pasta con pomodoro e basilico * Grana in scaglie/raspadura * Insalata di patate prezzemolate e fagioli * Pane comune/integrale