



## MENÙ ESTIVO SETTIMANALE SOLBIATE- INTEGRALISTA-



MENÙ ESTIVO SETTIMANALE SOLBIATE 2023/2024					
	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
<b>1° settimana</b>	Pasta al pesto Hamburger di soia Verdura Fresca Frutta fresca/ Dessert	Gnocchi al pomodoro Formaggio Asiago Verdura Fresca Frutta fresca/ Dessert	Riso allo zafferano Crochette di verdure Verdura Fresca Frutta fresca/ Dessert	Lasagne Vegetali Mozzarella Verdura Fresca Frutta fresca/ Dessert	Orzotto agli aromi Polpette di verdure Verdura Fresca Frutta fresca/ Dessert
<b>2° settimana</b>	Lasagne vegetali Verdura Fresca Frutta fresca/ Dessert	Ravioli di magro Asiago Verdura Fresca Frutta fresca/ Dessert	Pizza verdura cruda Frutta fresca/ Dessert	Ravioli di magro alla panna Pesce dorato al forno Verdura Fresca Frutta fresca/ Dessert	Pasta Pasticciata no carne Mozzarella e pomodoro Frutta fresca/ Dessert
<b>3° settimana</b>	Gnocchi al pomodoro Spalmalatte Verdura cruda Yogurt	Pasta olio e parmigiano Frittata al forno Verdura Fresca Frutta fresca/ Dessert	Insalata di riso Crema di formaggio fresco Verdura Fresca Frutta fresca/ Dessert	Pasta al pesto Uova sode Verdura Fresca Frutta fresca/ Dessert	Pasta e ricotta Palombo gratinato Verdura Fresca Frutta fresca/ Dessert
<b>4° settimana</b>	Risotto alla milanese Hamburger di legumi Patate al vapore Frutta fresca/ Dessert	Insalata di riso Formaggio Semistagionato Insalata fresca Frutta fresca/ Dessert	Pasta olio e parmigiano Bocconcini di grana Verdura Fresca Frutta fresca/ Dessert	Gnocchi alla Salvia Omelette Verdura Fresca Frutta fresca/ Dessert	Pasta alle zucchine Pesce al forno Verdura Fresca Frutta fresca/ Dessert

**Frutta di stagione:** banane, mele, pere, prugne, anguria, pesche, albicocche.

**Verdura** proposta a rotazione, in accordo con la stagionalità e con le disponibilità del fornitore: Carote, Cetrioli, Fagiolini, Finocchi, Insalata, Melanzane, Peperoni, Pomodorini, Spinaci, Zucchine

**Pane:** ogni pasto sarà comprensivo di pane bianco secondo le grammature previste.

Il pane è del tipo 0 senza condimenti aggiunti (composto da farina di grano, acqua, lievito, sale – prodotto a ridotto contenuto di sale 1,7% di sale su 100 g di farina di grano).