

GIORNO	1° SETTIMANA	
Martedì	Risotto allo zafferano	Frutta fresca
	Frittata	
	Verdura	
Mercoledì	Pasta con fagioli	Yogurt
	Formaggio	
	Verdura	
Giovedì	Tortelli ricotta e spinaci	Frutta fresca
	Bistecca di pollo	
	Verdura	
Venerdì	Pasta al pomodoro	Frutta fresca
	Cotoletta di pesce al forno	
	Verdura	



GIORNO	2° SETTIMANA	
Martedì	Insalata di riso freddo	Frutta fresca
	Formaggio	
	Verdura	
Mercoledì	Pasta fagioli/ceci	Gelato
	Prosciutto cotto	
	Verdura	
Giovedì	Pasta con melanzane	Frutta fresca
	Scaloppina al limone	
	Verdura	
Venerdì	Pasta al pesto	Frutta fresca
	Tonno	
	Verdura	



GIORNO	3° SETTIMANA	
Martedì	Pasta al pomodoro	Frutta
	Hamburger	
	Verdura cruda	
Mercoledì	Risotto con zucca	Yogurt
	Uova sode/frittata	
	Verdura cruda	
Giovedì	Pasta con ceci	Frutta
	Formaggio	
	Verdura	
Venerdì	Tortelli ricotta e spinaci	Frutta
	Cotoletta di pesce	
	Verdura	

MENÙ ESTIVO

GIORNO	4° SETTIMANA	
Martedì	Pasta al pesto	Frutta fresca
	Hamburger	
	Verdura	
Mercoledì	Pasta fredda	Frutta fresca
	Prosciutto cotto	
	Verdura	
Giovedì	Risotto con le zucchine	Frutta fresca
	Uova/frittata	
	Verdura	
Venerdì	Pasta con fagioli	Frutta fresca
	Formaggio	
	Verdura	

