



(in vigore dal 1 Novembre al 30 Aprile)



### MENU COMUNE DI CAMPORGIANO INVERNALE

1° SETTIMANA				
LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
Pasta al pesto	risotto al parmigiano	Passato di Verdura con crostini	pasta al tonno	risotto alla zucca
hamburger di carne	omelette al formaggio	scaloppina di pollo al limone	platessa dorata al forno	caciottina fresca
spinaci saltati	insalata verde	finocchi al vapore	carote al vapore	fagiolini al vapore
frutta	frutta	frutta	frutta	frutta
pane	pane	pane	pane	pane
2° SETTIMANA				
LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
pasta al pomodoro e ricotta	passato di verdura	risotto alla zucca	pasta all'olio	crema di verdura
prosciutto cotto	pizza	bastoncini di pesce al forno	scaglie di grana	fesa di tacchino arrosto
carote filangee	insalata mista	pisellini stufati	verdure miste al forno	patate al forno
frutta	yogurt	frutta	frutta	frutta
pane		pane	pane	pane
3° SETTIMANA				
LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
minestra di farro	pasta al ragù vegetale	passato di verdura	polenta al pomodoro	gnocchi al pesto
frittata di verdura	arista al forno	platessa dorata al forno	formaggio fresco	burger vegetale
insalata verde	bieta saltata	puree di patate	cavolfiore al vapore	carote saltate
frutta	frutta	frutta	frutta	frutta
pane	pane	pane	pane	pane
4° SETTIMANA				
LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
passato di verdura	pasta al pesto di broccoli	passato di verdura	risotto allo zafferano	pasta al tonno
tacchino arrosto	stracchino	pizza	polpettine di carne in salsa	nuggets di pesce al forno
patate al forno	pisellini stufati	insalata mista	spinaci	fagiolini al vapore
frutta	frutta	yogurt	frutta	frutta
pane	pane		pane	pane

Dott.ssa Claudia Simi  
Biologa Nutrizionista AA 82360