

## MENU INVERNALE PINASCA



LUNEDI'

MARTEDI'

MERCOLEDI'

GIOVEDI'

VENERDI'

SETTIMANA 1

Pasta agli aromi  
Formaggio  
Verdura cruda o cotta\*  
Frutta di stagione/Dolce/yogurt  
Pane

Pasta al pomodoro  
Bastoncini di merluzzo\* al forno  
Verdura cruda o cotta\*  
Frutta di stagione/Dolce/yogurt  
Pane

Risotto al parmigiano  
Polpette di bovino\*  
Verdura cruda o cotta\*  
Frutta di stagione/Dolce/yogurt  
Pane

Minestrone\* di verdure e legumi con pasta o riso  
Frittata al forno  
Patate e piselli\*  
Frutta di stagione/Dolce/yogurt  
Pane

Pizza margherita con prosciutto  
Verdura cruda o cotta\*  
Frutta di stagione/Dolce/yogurt  
Pane

SETTIMANA 2

Riso al pomodoro  
Frittata con verdura\* al forno  
Verdura cotta\* o cruda  
Frutta di stagione/Dolce/yogurt  
Pane

Crema di carote/zucca\* con pasta o riso o crostini o orzo  
Cosce di pollo al forno  
Patate al forno  
Frutta di stagione/Dolce/yogurt  
Pane

Pasta olio e parmigiano  
Filetto di merluzzo\* impanato  
Verdura cotta\* o cruda  
Frutta di stagione/Dolce/yogurt  
Pane

Lasagne\* al pomodoro  
1/2 porzione affettato°  
Verdura cotta\* o cruda  
Frutta di stagione/Dolce/yogurt  
Pane

Pasta al pesto  
Formaggio  
Verdura cotta\* o cruda  
Frutta di stagione/Dolce/yogurt  
Pane

SETTIMANA 3

Pasta agli aromi  
Bastoncini di merluzzo\*  
Verdura cruda o cotta\*  
Frutta di stagione/Dolce/yogurt  
Pane

Crema di verdura e legumi\* con orzo o pasta o riso  
Straccetti di pollo o tacchino  
Patate al forno  
Frutta di stagione/Dolce/yogurt  
Pane

Pasta all'amatriciana  
Sformato di verdura\*  
Verdura cruda o cotta\*  
Frutta di stagione/Dolce/yogurt  
Pane

Riso allo zucca  
Scaloppina di lonza  
Verdura cruda o cotta\*  
Frutta di stagione/Dolce/yogurt  
Pane

Pasta al pomodoro  
Formaggio  
Verdura cruda o cotta\*  
Frutta di stagione/Dolce/yogurt  
Pane

SETTIMANA 4

Pasta olio e parmigiano  
Frittata al forno con verdure\*  
Verdura cotta\* o cruda  
Frutta di stagione/Dolce/yogurt  
Pane

Riso al pomodoro  
Formaggio fresco  
Verdura cotta\* o cruda  
Frutta di stagione/Dolce/yogurt  
Pane

Polenta  
Spezzatino misto (bovino e salsiccia)  
Verdura cotta\* o cruda  
Frutta di stagione/Dolce/yogurt  
Pane

Minestra di porri e patate con riso/pasta/orzo  
Scaloppina di pollo  
Verdura cotta\* o cruda  
Frutta di stagione/Dolce/yogurt  
Pane

Pasta al pomodoro e pesto  
Platessa dorata al forno\*  
Verdura cotta\* o cruda  
Frutta di stagione/Dolce/yogurt  
Pane

### NOTE:

Per formaggio fresco si intende : ricotta, stracchino, mozzarella, formaggio spalmabile. In alternativa Toma Piemontese/Asiago

(\*)Alcuni ingredienti potrebbero essere in tutto o in parte ingredienti surgelati e/o congelati all'origine

°affettato: *prosciutto cotto o arrosto di tacchino*

1 volta alla settimana verrà somministrata l'alternativa alla frutta

Rev. 10/2022