

# MENU AUTUNNO / INVERNO

## Piano alimentare per la settimana

	1^ SETTIMANA	2^ SETTIMANA	3^ SETTIMANA	4^ SETTIMANA
Lunedì	pasta al pomodoro formaggio verdura cotta e cruda	risotto alla zucca formaggio e purè verdura cruda	risotto formaggio verdura cotta e cruda	crema di zucca hamburger al forno verdura cotta e cruda
Martedì	risotto ai funghi prosciutto verdura cotta e cruda	crema di ceci pesce alla mugnaia verdura cotta e cruda	pasta al pomodoro uova sode verdura cotta e cruda	pasta ai formaggi pesce al forno verdura cotta e cruda
Mercoledì	minestrone con orzo uova sode verdura cotta e cruda	pasta ricotta e funghi frittata verdura cotta e cruda	crema patate e carote bocconcini di pollo al forno verdura cotta e cruda	pasta al pomodoro prosciutto e purè verdura cruda
Giovedì	riso all'olio sovracoscie di pollo al forno verdura cotta e cruda	riso all'olio sminuzzata di tacchino verdura cotta e cruda	riso all'olio merluzzo in crosta verdura cotta e cruda	risotto al radicchio formaggio verdura cotta e cruda
Venerdì	pasta integrale al ragù di carne verdura cotta e cruda	spezzatino di manzo polenta verdura cotta e cruda	arrosto di tacchino al forno polenta verdura cotta e cruda	polpette di carne al sugo di pomodoro polenta verdura cotta e cruda

<b>Colazione mattino</b>	frutta di stagione*, yogurt, biscotti, crackers
<b>Merenda pomeriggio</b>	frutta di stagione*, pane o fette biscottate con marmellata, biscotti, crackers

Si possono verificare variazioni di ingredienti nei risotti, dipendenti dalla disponibilità del mercato.

\* La varietà di frutta e verdura è dipendente dalla disponibilità di mercato.

