|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **1° SETTIMANA** | **No latte** | **No pomodoro** | **No uovo** | **No pesce** | **No carne** | **No maiale** | **Vegetariana** | **Celiachia** |
| **LUNEDI’** | Ravioli al pomodoro  Ricotta  Fagiolini verdi lessati  Pane  frutta | Pasta al pomodoro  Prosciutto cotto senza lattosio  Pane (senza tracce di latte) | Ravioli all’olio | Pasta al pomodoro |  |  |  |  | Idem  senza glutine |
| **MARTEDI’** | Brodo vegetale con minestrina/**Pasta all’olio**  Fusi di pollo al forno  Zucchine trifolate  Pane  crostata di marmellata | Pane (senza tracce di latte)  Budino di riso/soia |  | Budino di riso/soia |  | Burger vegetale |  | Burger vegetale | Idem  senza glutine |
| **MERCOLEDI’** | Pasta al pomodoro  Arrosto di manzo  Pomodori/**carote stufate**  Pane e frutta | Pane (senza tracce di latte) | Carote stufate |  |  | Cotoletta vegetale |  | Cotoletta vegetale | Idem  senza glutine |
| **GIOVEDI’** | Pasta al pesto  Tonno all’olio  Pisellini stufati  Pane e frutta | Pasta all’olio e.v.o  Pane (senza tracce di latte) | Insalata mista senza pomodori | Pasta all’olio e.v.o | Mozzarella |  |  | Mozzarella | Idem  senza glutine |
| **VENERDI’** | Riso alla Parmigiana  Frittata di patate  Insalata mista/**bietole**  Pane e frutta | Riso all’olio e.v.o.  Frittata di patate senza latte e derivati  Pane (senza tracce di latte) |  | Mozzarella |  |  |  |  | Idem  senza glutine |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **2° SETTIMANA** | **No latte** | **No pomodoro** | **No uovo** | **No pesce** | **No carne** | **No maiale** | **Vegetariana** | **Celiachia** |
| **LUNEDI’** | Riso all’olio  Bastoncini di merluzzo al forno  Fagioli cannellini all’olio  Pane  frutta | Bastoncini di merluzzo Gluten-free (poiché privi di tracce di latte e uova)  Pane (senza tracce di latte) |  | Bastoncini di merluzzo Gluten-free (poiché privi di tracce di latte e uova) | Burger vegetale |  |  | Burger vegetale | Idem  senza glutine |
| **MARTEDI’** | Lasagne al pomodoro  Formaggio spalmabile Insalata/**zucchine trifolate**  Pane  frutta | Pasta al pomodoro  Tonno all’olio d’oliva  Pane (senza tracce di latte) | Lasagne al pesto | Pasta al pomodoro |  |  |  |  | Idem  senza glutine |
| **MERCOLEDI’** | Pastina in brodo vegetale/**Pasta all’olio**  Bocconcini di tacchino panati al forno  Fagiolini verdi lessati  Pane  frutta | Pane (senza tracce di latte) |  |  |  | Uovo sodo |  | Uovo sodo | Idem  senza glutine |
| **GIOVEDI’** | Pasta al tonno  Sformato di zucchine  Pomodori/**carote al vapore**  Pane  frutta | Sformato di zucchine senza latte né uova  Pane (senza tracce di latte) | Pasta al tonno senza pomodoro  Carote al vapore | Sformato di zucchine senza latte né uova | Pasta all’olio e.v.o. |  |  | Pasta all’olio e.v.o | Idem  senza glutine |
| **VENERDI’** | Vellutata di ceci con orzo/**verdure al forno**  **Pizza**/Prosciutto Cotto  Verdure al forno  Pane  yogurt alla frutta | Passato di ceci con orzo  Pizza rossa (base per celiaci) + prosciutto cotto senza lattosio  Pane (senza tracce di latte)  Budino di riso/soia | Pizza bianca/ |  |  | /Mozzarella | /Mozzarella | /Mozzarella | Idem  senza glutine |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **3° SETTIMANA** | **No latte** | **No pomodoro** | **No uovo** | **No pesce** | **No carne** | **No maiale** | **Vegetariana** | **Celiachia** |
| **LUNEDI’** | Risotto di zucchine  Prosciutto cotto/**involtini al prosciutto e formaggio**  Verdure miste al forno  Pane  frutta | Riso all’olio e.v.o.  Prosciutto cotto senza lattosio  Pane (senza tracce di latte) |  |  |  | Burger vegetale | Burger vegetale | Burger vegetale | Idem  senza glutine |
| **MARTEDI’** | Pasta pomodoro e basilico  Arista al forno  Pisellini saltati  Pane  frutta | Pane (senza tracce di latte) | Pasta all’olio e.v.o. |  |  | Uovo sodo | Uovo sodo | Uovo sodo | Idem  senza glutine |
| **MERCOLEDI’** | |  | | --- | | Pasta al pesto | | Fusi di pollo al forno | | Insalata /**Fagiolini verdi** | | Pane  frutta | | Pasta all’olio evo  Pane (senza tracce di latte) | Pasta al pesto | Pasta all’olio e.v.o |  | Cotoletta vegetale |  | Cotoletta vegetale | Idem  senza glutine |
| **GIOVEDI’** | Pasta al salmone  Tortino di ceci e patate  Pomodori/**spinaci**  Pane  frutta | Tortino di ceci e patate senza latte né uova  Pane (senza tracce di latte) | Pasta al salmone senza pomodoro  Spinaci  Insalata mista senza pomodori | Tortino di ceci e patate senza latte né uova | Pasta all’olio evo |  |  | Pasta all’olio evo | Idem  senza glutine |
| **VENERDI’** | Pasta prosciutto e piselli  Mozzarella  Insalata mista/**carote**  Pane  frutta | Tonno all’olio d’oliva  Pane (senza tracce di latte) |  |  |  | Pasta con piselli | Pasta con piselli | Pasta con piselli | Idem  senza glutine |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **4° SETTIMANA** | **No latte** | **No pomodoro** | **No uovo** | **No pesce** | **No carne** | **No maiale** | **Vegetariana** | **Celiachia** |
| **LUNEDI’** | Gnocchi al pomodoro  Frittata con zucchine  Insalata/**Fagiolini verdi**  Pane  frutta | Gnocchi (senza latte e derivati) al pomodoro  Frittata di zucchine senza latte e derivati  Pane (senza tracce di latte) | Gnocchi all’olio e.v.o. | Tonno all’olio d’oliva |  |  |  |  | Idem  senza glutine |
| **MARTEDI’** | Pasta all’olio  Bocconcini di tacchino panati al forno  pomodori/**zucchine**  Pane  frutta | Pane (senza tracce di latte) | zucchine |  |  | Cotoletta vegetale |  | Cotoletta vegetale | Idem  senza glutine (riso al posto del farro) |
| **MERCOLEDI’** | Vellutata di ceci con orzo/**verdure al forno**  Pizza/**Prosciutto Cotto**  **Verdure al forno**  Pane  yogurt alla frutta | Pizza rossa (base per celiaci) + prosciutto cotto senza lattosio  Pane (senza tracce di latte) Budino di riso/soia | Passato senza pomodoro con orzo  Pizza bianca  Verdure al forno senza pomdoro |  |  | /Mozzarella | /Mozzarella | /Mozzarella | Idem  senza glutine |
| **GIOVEDI’** | Riso alla Parmigiana  Bastoncini di merluzzo al forno  Zucchine trifolate  Pane  frutta | Riso all’olio e.v.o.  Bastoncini di merluzzo Gluten-free (poiché privi di tracce di latte)  Pane (senza tracce di latte) |  | Bastoncini di merluzzo Gluten-free (poiché privi di tracce di latte e uova) | Burger vegetali |  |  | Burger vegetali | Idem  senza glutine |
| **VENERDI’** | Lasagne al pesto  Ricotta  Fagiolini verdi  Pane  frutta | Pasta al pomodoro  Uovo sodo  Pane (senza tracce di latte) |  | Pasta al pomodoro |  |  |  |  | Idem  senza glutine |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **5° SETTIMANA** | **No latte** | **No pomodoro** | **No uovo** | **No pesce** | **No carne** | **No maiale** | **Vegetariana** | **Celiachia** |
| **LUNEDI’** | Pasta al pomodoro  Bocconcini di Mozzarella/  **Philadelphia**  Fagiolini verdi  Pane  frutta | Prosciutto cotto senza lattosio  Pane (senza tracce di latte) | Pasta all’olio e.v.o. |  |  |  |  |  | Idem  senza glutine |
| **MARTEDI’** | Pasta al ragù  Frittata di patate  Carote stufate  Pane  dessert | Frittata di patate senza latte e derivati  Pane (senza tracce di latte)  Budino di riso/soia | Pasta al pesto  Carote stufate | Prosciutto cotto  Budino di riso/soia |  | Pasta al pesto | Pasta al pesto | Pasta al pesto | Idem  senza glutine  (riso al posto dell’orzo) |
| **MERCOLEDI’** | Passato di verdure con farro/**Pasta all’olio**  Scaloppina/**bocconcini** di pollo  Pomodori/**ceci all’olio**  Pane  frutta | Passato di ceci con farro  Pane (senza tracce di latte) | Ceci all’olio |  | . | Cotoletta vegetale |  | Cotoletta vegetale | Idem  senza glutine |
| **GIOVEDI’** | Pasta all’olio  Filetto di Platessa gratinato  Insalata/ **verdure al forno**  Pane  rutta | Pane (senza tracce di latte) |  |  | Ricotta |  |  | Ricotta | Idem  senza glutine |
| **VENERDI’** | Pastina in brodo vegetale/**Pasta al pomodoro**  Milanese al forno  Purè di patate  Pane e frutta | Patate lesse  Pane (senza tracce di latte) | /Pasta all’olio | Fettina di carne (maiale) al forno |  | Burger vegetale | Burger vegetale | Burger vegetale | Idem  senza glutine |