

Prima settimana

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
Pasta all'isolana	Orecchiette alla "Pugliese"	Pasta con passato vegetale	Risotto fantasia	Pasta con passato di legumi	Pasta al pomodoro
Frittatina di verdure al forno	Straccetti di tacchino	Tortino di patate	Polpettone con uovo	Tocchettini di Parmigiano Reggiano	Polpettine bianche (maiale magro)
	Insalatina mista				Budino al cioccolato o dolce

FRUTTA FRESCA DI STAGIONE

PANE COMUNE O CASERECCIO

Da aggiungere giornalmente la colazione con : Latte intero (200 gr) Zucchero o miele (5 gr) Biscotti per l'infanzia (40 gr)	Media settimanale Calorie : 842/die Proteine : 13% Lipidi : 26% Carboidrati : 61%
--	---

Seconda settimana

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
Pasta al sugo di Genovese	Pasta al ragù con polpettine di carne	Cappellini olio e parmigiano	Pastina o riso con verdure e legumi passati	Pasta o riso del "marinaio"	Brodo vegetale con pasta e passato di verdure
Vitello alla Genovese	Tocchettini di parmigiano reggiano	Bocconcini alla pizzaiola	Ricotta fresca	Nasello alla livornese	Medaglioni alle carote
Carote macinate o a fili	Insalatina	Verdure al Vapore	Insalata	Insalatina italiana	Dolce

FRUTTA FRESCA DI STAGIONE

PANE COMUNE O CASERECCIO

Da aggiungere giornalmente la colazione con : Latte intero (200 gr) Zucchero o miele (5 gr) Biscotti per l'infanzia (40 gr)	Media settimanale Calorie : 893/die Proteine : 13% Lipidi : 27% Carboidrati : 60%
--	---

Terza settimana

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
Pasta al ragù vegetale	Pasta pomodoro e basilico	Pasta al Forno	Risotto alle zucchine o ortaggi di stagione	Pasta con passato di legumi	Pastina in brodo vegetale

FRUTTA FRESCA DI STAGIONE

PANE COMUNE O CASERECCIO

Da aggiungere giornalmente la colazione con : Latte intero (200 gr) Zucchero o miele (5 gr) Biscotti per l'infanzia (40 gr)	Media settimanale Calorie : 842/die Proteine : 13% Lipidi : 26% Carboidrati : 61%
--	---

Quarta settimana

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
Pasta al pomodoro	Pasta e patate	Pasta con i legumi e verdure di stagione	Pasta con carne macinata	Pasta al tonno e pomodoro	Farfalle carote e zucchine
Frittatina con la ricotta	Spezzatino di vitello	Uova strapazzate al prosciutto crudo	Tocchetti di Parmigiano Reggiano o fontina	Polpettine di filetti di platessa	Medaglioni di carne e zucchine
Insalata carote e finocchi	Verdure cotte di stagione		Insalata verde	Insalata mista	Dolce o yogurt alla frutta

FRUTTA FRESCA DI STAGIONE

PANE COMUNE O CASERECCIO

Da aggiungere giornalmente la colazione con : Latte intero (200 gr) Zucchero o miele (5 gr) Biscotti per l'infanzia (40 gr)	Media settimanale Calorie : 894/die Proteine : 13% Lipidi : 28% Carboidrati : 62%
--	---