

MENU' VEGANO ESTATE 2° SETTIMANA

2° settimana	primo	Grammi nido	Grammi materna	secondo e contorno	Grammi Nido	Grammi Materna	altro	Grammi nido	Grammi materna
Lunedì	PASTA ALL'ORTOLANA (piatto unico)			CONTORNO					
	pasta	30	45	carote	60	100	pane	40	50
	pomodori	10	10				frutta	80	100
	fagiolini	10	10				olio	15	20
	zucchine	10	10						
	carote	10	10						
	legumi misti in scatola*	60	110						
	odori	q.b.	q.b.						
Martedì	MINISTRONE D'ESTATE			BURGER DI VERDURE E LEGUMI					
	pasta	20	30	legumi in scatola*	60	110	pane	40	50
	verdure varie	35	35	patate	10	20	frutta	80	100
	legumi freschi o surgelati	15	25	verdurine miste	10	20	olio	15	20
	patate	15	20	insalata	40	40			
	odori	q.b.	q.b.						
Mercoledì	PASTA AL SUGO DI POMODORO			PISELLI E PATATE AL SUGO					
	pasta	30	45	piselli in scatola*	50	90	pane	40	50
	pomodori pelati	30	40	patate	50	70	frutta	80	100
	odori	q.b.	q.b.	pomodori pelati	45	60	olio	15	20
				odori	q.b.	q.b.			
Giovedì	PASTA CON POMODORINI CRUDI			PURE' DI CECI E PATATE					
	pasta	30	45	ceci in scatola*	60	110	pane	40	50
	pomodori	30	40	patate	30	40	frutta	80	100
	odori	q.b.	q.b.	pomodori	80	100	olio	10	20
Venerdì	RISOTTO PRIMAVERA (piatto unico)			CONTORNO					
	riso	30	45	verdura cotta	90	120	pane	40	50
	pomodori	10	10				frutta	80	100
	fagiolini	10	10				olio	15	20
	zucchine	10	10						
	carote	10	10						
	piselli in scatola*	60	110						

NOTE: *legumi italiani, biologici, contenenti: legumi, acqua e sale.