

		grammi		secondo e contorno	grammi		altro	grammi	
		nido	materna		nido	materna		nido	materna
3° settimana	MENU' VEGETARIANO INVERNO 3°SETTIMANA								
	primo								
Lunedì	MINISTRONE DI VERDURE			LEGUMI E PATATE AL SUGO					
	pasta	20	30	legumi in scatola*	50	90	pane	40	50
	verdure varie	35	50	patate	50	70	frutta	80	100
	legumi freschi o surgelati	15	25	pomodori pelati	45	60	olio	15	20
	patate	15	20	odori	q.b.	q.b.			
	parmigiano	5	5						
Martedì	GNOCCHI AL POMODORO			"BURGER" DI VERDURE E LEGUMI			pane	40	50
	gnocchi	90	120	legumi in scatola*	60	110	frutta	80	100
	pomodori pelati	30	40	patate	10	20	olio	15	20
	parmigiano	5	5	verdurine miste	10	20			
				insalata	20	25			
				carote	40	50			
Mercoledì	RISOTTO AI CARCIOFI			PURE' DI PISELLI E CAVOLFOIORE			pane	40	50
	riso	30	45	piselli freschi o surgelati	70	120	frutta	80	100
	fondi di carciofi freschi o surgelati	25	35	cavolfiore	90	120	olio	15	20
	parmigiano	5	5						
Giovedì	PASTA AL POMODORO			FORMAGGIO			pane	40	50
	pasta	30	45	emmenthal	15	20			
	pomodori pelati	25	30	caciotta	15	25			
	odori	q.b.	q.b.	spinaci o zucchine	40	50	frutta	80	100
	parmigiano	5	5				olio	10	20
Venerdì	PASTA E CECI			UOVA STRAPAZZATE			pane	40	50
	pasta	20	30	uova n. 1	50	50	frutta	80	100
	ceci secchi	10	15	carote	80	100	olio	10	20
	patate	10	20						
	pomodori pelati	10	20						
	parmigiano	5	5						

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