

		MENU' VEGANO INVERNO 2° SETTIMANA							
2° settimana	primo	grammi	grammi	secondo e contorno	grammi	grammi	altro	grammi	grammi
		nido	materna		nido	materna		nido	materna
Lunedì	RISO ARLECCHINO (piatto unico con legumi misti)			CONTORNO					
	riso	30	45	carote	80	100	pane	40	50
	legumi misti in scatola*	70	120				frutta	80	100
	odori	q.b.	q.b.				olio	15	20
Martedì	MINESTRA DI PATATE			FAGIOLI AL SUGO					
	pasta	20	35	fagioli in scatola*	70	120	pane	40	50
	patate	25	35	pomodori pelati	20	30	frutta	80	100
	odori			bieta	90	120	olio	10	20
Mercoledì	PASTA AL POMODORO			PURE' DI CECI E PATATE					
	pasta	30	45	ceci in scatola*	60	110	pane	40	50
	pomodori pelati	25	30	patate	30	40	frutta	80	100
	odori	q.b.	q.b.	fagiolini	80	100	olio	10	20
Giovedì	PASTA CON CREMA DI PISELLI (piatto unico)			CONTORNO					
	pasta	30	45	verdura cotta	90	120	pane	40	50
	piselli freschi o surgelati	70	120				frutta	80	100
	odori						olio	10	20
Venerdì	ZUPPA DI LEGUMI (piatto unico)			CONTORNO					
	pasta	20	30	verdura cotta	90	120	pane	40	50
	lenticchie secche	15	25				frutta	80	100
	fagioli secchi	5	5				olio	10	20
	patate	10	20						
	pomodori pelati	10	20						
	odori								

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