

MENU' VEGETARIANO ESTATE 4°SETTIMANA

4° settimana	primo	Grammi nido	Grammi Materna	secondo e contorno	Grammi nido	grammi Materna	altro	Grammi nido	Grammi materna
Lunedì	RISOTTO CON RADICCHIO ROSSO			FORMAGGIO					
	riso	30	45	parmigiano	15	20	pane	40	50
	radicchio	30	40	mozzarella	15	25	frutta	80	100
	parmigiano	5	5	pomodori in insalata	60	80	olio	10	20
	odori								
Martedì	PASTA OLIO E BASILICO			PURE' DI PISELLI E CAROTE					
	pasta	30	45	piselli in scatola*	70	120	pane	40	50
	basilico	q.b.	q.b.	carote	80	100	frutta	80	100
	parmigiano	5	5				olio	15	20
Mercoledì	PASTA CON ZUCCHINE			POLPETTE DI VERDURE E LEGUMI					
	pasta	30	45	legumi in scatola*	60	110	pane	40	50
	zucchine	30	40	patate	10	20	frutta	80	100
	odori	q.b.	q.b.	verdurine miste	10	20	olio	10	20
	parmigiano	5	5						
Giovedì	GNOCCHI AL POMODORO			MACEDONIA DI VERDURE E LEGUMI					
	gnocchi	90	120	legumi misti in scatola*	70	120	pane	40	50
	pomodori pelati	30	40	verdure cotte al forno	90	120	frutta	80	100
	parmigiano	5	5	odori	q.b.	q.b.	olio	15	20
Venerdì	MINISTRA DELL'ORTOLANO			INSALATONE CON LEGUMI					
	pasta	20	30	legumi misti in scatola*	60	110	pane	10	50
	verdure varie	35	50	insalata	40	50	frutta	80	100
	legumi freschi o surgelati	15	25				olio	15	20
	patate	15	20						
	parmigiano	5	5						

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