

<b>MENU' VEGANO INVERNO 3°SETTIMANA</b>									
3° settimana	primo	grammi	grammi	secondo e contorno	grammi	grammi	altro	grammi	grammi
		nido	materna		nido	materna		nido	materna
<b>Lunedì</b>	<b>MINISTRONE DI VERDURE</b>			<b>LEGUMI E PATATE AL SUGO</b>					
	pasta	20	30	legumi in scatola*	50	90	<b>pane</b>	40	50
	verdure varie	35	50	patate	50	70	<b>frutta</b>	80	100
	legumi freschi o surgelati	15	25	pomodori pelati	45	60	<b>olio</b>	15	20
	patate	15	20	odori	q.b.	q.b.			
	odori								
<b>Martedì</b>	<b>PASTA AL POMODORO</b>			<b>"BURGER" DI VERDURE E LEGUMI</b>			<b>pane</b>	40	50
	pasta	30	45	legumi in scatola*	60	110	<b>frutta</b>	80	100
	pomodori pelati	25	30	patate	10	20	<b>olio</b>	15	20
	odori			verdurine miste	10	20			
				<b>insalata</b>	20	25			
				<b>carote</b>	40	50			
<b>Mercoledì</b>	<b>RISOTTO AI CARCIOFI</b>			<b>PURE' DI PISELLI E CAVOLFOIORE</b>			<b>pane</b>	40	50
	riso	30	45	piselli freschi o surgelati	70	120	<b>frutta</b>	80	100
	fondi di carciofi freschi o surgelati	25	30	cavolfiore	90	120	<b>olio</b>	15	20
	odori								
<b>Giovedì</b>	<b>PASTA ALL'ORTOLANA (piatto unico)</b>			<b>CONTORNO</b>			<b>pane</b>	40	50
	pasta	30	45	<b>spinaci o zucchine</b>	40	50			
	verdurine	20	30				<b>frutta</b>	80	100
	legumi misti in scatola*	70	120				<b>olio</b>	10	20
	pomodori pelati	20	30						
	odori	q.b.	q.b.						
<b>Venerdì</b>	<b>PASTA E CECI (piatto unico)</b>			<b>CONTORNO</b>			<b>pane</b>	40	50
	pasta	20	30	<b>carote</b>	80	100	<b>frutta</b>	80	100
	ceci secchi	20	30				<b>olio</b>	10	20
	patate	10	20						
	pomodori pelati	10	20						
	odori								

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