

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1 ^a settimana	<ul style="list-style-type: none"> - risotto al pomodoro - polpette di lenticchie o lenticchie con carote - finocchi crudi - frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> - penne con crema di spinaci e quinoa - stracchino o robiola - insalata con sedano - frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> - passato di verdura con cicerchia - pizza margherita - carote julienne - frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> - tagliatelle al pomodoro - insalata mista con mandorle e scaglie di parmigiano - frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> - pasta di farro con crema di pomodoro e carote - ricotta - piselli con cipolla o porri - frutta fresca
2 ^a settimana	<ul style="list-style-type: none"> - mezze penne al pesto - stracchino o cascioia - insalata - frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> - zuppa di verdure con pasta - crocchette di patate e carote - spinaci al limone - frutta 	<ul style="list-style-type: none"> - spaghetti con ceci - uovo/fritata - finocchi crudi - frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> - orzotto al pomodoro - bruschetta integrale con spinaci e stracchino - carote a vapore - frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> - conchiglie con olio e parmigiano - lenticchie al pomodoro - zucchine trifolate - frutta fresca
3 ^a settimana	<ul style="list-style-type: none"> - gnocchi al pomodoro - ricotta - cavolfiore gratinato - frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> - passato di verdura con farro, ceci e lenticchie - crostino integrale con pomodoro e provolone - zucchine - frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> - lasagne con pomodoro e mozzarella - insalata mista con mandorle - frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> - penne al ragù vegetale - ceci al rosmarino - bieta al limone o in padella - frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> - risotto alla parmigiana - insalata con uovo sodo - purea di carote - frutta fresca
4 ^a settimana	<ul style="list-style-type: none"> - orecchiette con patate e piselli - mozzarella - insalata - frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> - spaghetti al pomodoro e prezzemolo - tofu - spinaci al limone - frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> - fusilli con olio e parmigiano - polpettone di legumi - carciofi dorati - frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> - passato di verdure con farro, orzo e cicerchia - uovo/fritata - zucchine gratinate - frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> - quinoa al pomodoro - stracchino - carote julienne o a vapore - frutta fresca
5 ^a settimana	<ul style="list-style-type: none"> - mezze maniche al pomodoro - ricotta o robiola - spinaci - frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> - cannelloni ripieni con ricotta e spinaci - insalata con scaglie di parmigiano - frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> - brodo vegetale con pasta all'uovo - crostata di verdure di stagione e patate - frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> - risotto con zucca gialla - insalata mista con noci o mandorle - frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> - sedani al pomodoro - polpette di verdure e ceci - frutta fresca

Menù autunno-inverno – latte-ovo-vegetariano - pranzo

