

TABELLE DIETETICHE PER DIABETE-NORMOPESO
Salvo diversa indicazione medica

Scuola secondaria

Menu invernale

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Risotto con spinaci Polpette di bovino al forno	Pasta al pomodoro Bastoncini di pesce Piselli	Pasta con zucchine Salsiccia di suino mista Insalata verde	Pasta con lenticchie Mozzarella	Pasta alla bolognese Prosciutto crudo Fagiolini al pomodoro
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pasta al pomodoro Cotoletta di mare Piselli	Riso o pasta con minestrone di verdure Arrosto al forno	Pasta con ceci Formaggio spalmabile	Pasta al pomodoro Mortadella Zucchine stufate	Pasta al pomodoro Frittata di spinaci oppure di zucchine
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pasta al pomodoro Salsiccia di suino mista Spinaci all'agro	Pasta con fagioli Mozzarella	Pasta al pomodoro Prosciutto cotto e parmigiano	Pasta con lenticchie Crocchette di pollo	Riso al pomodoro Pesce spada al forno Insalata verde
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pasta con piselli Frittata	Pasta pomodoro Tacchino arrosto Piselli	Pasta con zucchine Mozzarella Fagiolini all'agro	Pasta al pomodoro Bastoncini di pesce Mais	Riso o pasta con minestrone di verdure Salsiccia di pollo e tacchino
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Riso al pomodoro Salame milanese e formaggio spalmabile	Pasta con zucchine Spezzatino di bovino con piselli	Pasta con lenticchie Cotoletta di mare	Gnocchetti alla Sorrentina Arista di maiale Insalata verde	Pasta con fagioli Mozzarella

Tutti i giorni sono previsti:
panino (100 g)
frutta di stagione