

Tabelle dietetiche per latte - ovo vegetarianismo

Scuola secondaria

Menu invernale

Tutti i giorni sono previsti:

panino (100 g.)

frutta di stagione o nettare di frutta o purea di frutta non più di due volte la settimana

Tabelle dietetiche per latte - ovo vegetarianismo

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Risotto con spinaci Formaggini	Pasta con piselli Zucchine stufate	Pasta con zucchine Frittata di patate	Pasta con lenticchie Mozzarella Dolcetto o barretta di cioccolato	Pasta al pomodoro Hamburger o cotoletta vegetale Fagiolini al pomodoro
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pasta con fagioli Carote e mais	Riso o pasta con minestrone di verdure Mozzarella Purè di patate	Pasta con ceci Formaggio spalmabile DOLCETTO	Pasta alla besciamella (senza prosciutto cotto) Hamburger o cotoletta vegetale Zucchine stufate	Pasta con patate Frittata di spinaci oppure di zucchine
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pasta al pomodoro Hamburger o cotoletta vegetale Insalata verde	Pasta con fagioli Mozzarella Dolcetto o barretta di cioccolato	Pasta al pomodoro Parmigiano Patate brasate	Gnocchetti di patate Frittata di spinaci	Riso al pomodoro Formaggio spalmabile Fagiolini all'agro
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pasta con piselli Frittata di patate DOLCETTO	Pasta alla besciamella (senza prosciutto cotto) Hamburger o cotoletta vegetale Piselli	Pasta con patate Mozzarella Fagiolini all'agro	Pasta con ceci Zucchine stufate	Riso o pasta con minestrone di verdure Formaggio fresco a fette Patate brasate
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Riso con lenticchie Carote all'agro	Pasta con patate Frittata di spinaci o zucchine	Pasta alla besciamella (senza prosciutto cotto) formaggio spalmabile	Gnocchetti alla Sorrentina Hamburger o cotoletta vegetale Purè di patate	Pasta con fagioli Mozzarella Dolcetto o barretta di cioccolato

Tutti i giorni sono previsti:

panino (100 g.)

frutta di stagione o nettare di frutta o purea di frutta non più di due volte la settimana