



Pasti mense scolastiche: menu' **VEGETARIANO** su nove settimane

Autumn-Winter

	1st week	2nd week	3rd week	4th week	5th week	6th week	7th week	8th week	9th week
Monday	Pasta al pomodoro e basilico Hamburger di verdure Insalata verde Frutta fresca Pane	Minestrina vegetale Polpette di legumi Purè di patate Frutta fresca Pane	Risotto arlecchino Ricotta ovina Fagiolini al vapore Frutta fresca Pane	Mezze penne al sugo e ricotta Frittata con spinaci o zucchine Insalata mista Frutta fresca Pane	Minestrina vegetale Lenticchie in umido Carote al vapore Frutta fresca Pane	Risotto alla milanese Casu axedu Finocchi o pomodori Frutta fresca Pane	Mezze penne all'olio e.v. Formaggio pecorino Fagiolini al vapore Frutta fresca Pane	Pasta all'olio Bastoncini di verdure Bietole al vapore Frutta fresca Pane	Risotto alle erbe Uova al sugo/Frittata al sugo Insalata mista Frutta fresca Pane
Tuesday	Risotto alle carote Crema di legumi misti Bietole saltate Frutta fresca Pane	Pizza margherita Mozzarella Insalata verde Frutta fresca Pane	Crema di ceci Polpette di verdure Finocchi o pomodori Frutta fresca Pane	Risotto alla parmigiana Formaggio pecorino Insalata verde Frutta fresca Pane	Ravioli al pomodoro Sformato di verdure con uovo Fagiolini saltati Frutta fresca Pane	Farfalle al sugo Sformato di patate e uova Spinaci al vapore Frutta fresca Pane	Pastina in brodo vegetale Insalata di legumi Patate in verde Frutta fresca Pane	Malloreddus al sugo Ricotta ovina Finocchi o pomodori Frutta fresca Pane	Pastina in brodo vegetale Hamburger di verdure Purè di patate Frutta fresca Pane
Wednesday	Minestrone di verdure Insalata con fagioli o ceci Patate al vapore Frutta fresca Pane	Riso all'olio extra vergine Bastoncini di verdure Finocchi o pomodori Frutta fresca Pane	Fusilli all'olio e.v. Soufflè alle verdure Carote al vapore Frutta fresca Pane	Minestrina primavera Sformato di verdure con uovo Patate al vapore Frutta fresca Pane	Risotto alle zucchine Dolce sardo Arborea Insalata mista Frutta fresca Pane	Chifferi all'olio Crema di legumi Insalata mista Frutta fresca Pane	Crema di legumi misti Frittata di patate e pomodoro Insalata mista Frutta fresca Pane	Minestrone di legumi Mozzarella Patate al vapore Frutta fresca Pane	Gnocchetti al sugo Polpette di legumi Fagiolini al vapore Frutta fresca Pane
Thursday	Malloreddus al sugo Formaggio pecorino Pomodori o finocchi Frutta fresca Pane	Ravioli di ricotta al pomodoro Frittata al pomodoro Carote julienne Frutta fresca Pane	Pasta al ragù vegetale Cotoletta vegetale a base di seitan Insalata verde Frutta fresca Pane	Fregola al sugo Insalata di ceci o fagioli Bietole al vapore Frutta fresca Pane	Minestrone di fagioli Hamburger di verdure Finocchi o pomodori Frutta fresca Pane	Vellutata di patate Insalata di fagioli o ceci Carote al vapore Frutta fresca Pane	Risotto alle verdure Lenticchie in umido Insalata verde Frutta fresca Pane	Pasta al pesto Frittata con bietole Insalata mista Frutta fresca Pane	Mezze penne al sugo Ricotta ovina Carote julienne Frutta fresca Pane
Friday	Pasta all'olio extravergine Frittata d'uovo con erbe aromatiche Fagiolini al vapore Frutta fresca Pane	Passato di verdure Polpette di soia con verdure Insalata verde Frutta fresca Pane	Pasta alla parmigiana Provoletta latte vaccino sardo Carote julienne Frutta fresca Pane	Passato di legumi Mozzarella Finocchi o pomodori Frutta fresca Pane	Pasta alla mediterranea Crema di legumi Insalata verde Frutta fresca Pane	Fregola al ragù vegetale Frittata con formaggio Insalata verde Frutta fresca Pane	Pizza margherita Mozzarella Finocchi o pomodori Frutta fresca Pane	Risotto al sugo Polpette di verdure Carote al vapore Frutta fresca Pane	Vellutata di zucchine Nuggets a base di tofu e verdure Insalata verde Frutta fresca Pane