



## MENU' AUTUNNALE 2023 INFANZIA E PRIMARIA - NO PROTEINE ANIMALI

PRIMA SETTIMANA		SECONDA SETTIMANA	
	Menu		Menu
Lunedì	Tris di legumi stufati	Lunedì	Riso al ragù di verdure no grana padano
	Carote alla julienne		Farinata di ceci
	Riso al pomodoro no grana padano		Piselli stufati
	Pane/Pane integrale		Pane/Pane integrale
	Frutta		Frutta
Martedì	Pasta con pesto di zucchine no grana padano	Martedì	Pasta con crema di cannellini no latte e derivati
	Polpette vegane		Polpette vegetali
	Spinaci all'olio		Insalata verde
	Pane/Pane integrale		Pane/Pane integrale
	Frutta		Frutta
Mercoledì	Passato di verdura con farro no grana padano	Mercoledì	Pasta al pesto no grana padano
	Legumi al pomodoro		Hamburger di tempeh
	Insalata lattuga		Pomodori
	Pane/Pane integrale		Pane/Pane integrale
	Frutta		Yogurt di soia
Giovedì	Risotto allo zafferano no latte e derivati	Giovedì	Passato di verdure con riso no grana padano
	Pepite di tofu gratinate		Legumi al pomodoro
	Pomodori		Fagiolini al vapore
	Pane/Pane integrale		Pane/Pane integrale
	Frutta		Frutta
Venerdì	Pasta con dadolata di verdure no grana	Venerdì	Pasta integrale al pomodoro no grana padano
	Spezzatino di soia con piselli e patate		Tofu saltato con verdure
	Zucchine trifolate		Carote alla julienne
	Pane/Pane integrale		Pane/Pane integrale
	Dolce vegano		Frutta
TERZA SETTIMANA		QUARTA SETTIMANA	
	Menu		Menu
Lunedì	Pasta al ragù di verdure no grana padano	Lunedì	Pasta al pomodoro no grana padano
	Affettato vegetale		Tris di legumi stufati
	Zucchine trifolate		Insalata mista
	Pane/Pane integrale		Pane/Pane integrale
	Frutta		Frutta
Martedì	Riso all'olio no grana padano	Martedì	Riso all'olio no grana padano
	Cotoletta vegana		Sformato di patate, carote e lenticchie vegano
	Pomodori		Fagiolini al vapore
	Pane/Pane integrale		Pane/Pane integrale
	Frutta		Frutta
Mercoledì	Risotto allo zafferano no latte e derivati	Mercoledì	Passato di verdure con crostini integrali no grana padano
	Legumi con aromi		Farinata di ceci
	Insalata lattuga		Insalata carote e noci/Carote al vapore con olio al rosmarino
	Pane/Pane integrale		Pane/Pane integrale
	Frutta		Frutta
Giovedì	Polpette vegane	Giovedì	Hamburger di tempeh
	Pinzimonio (carote e finocchi)		Pomodori
	Pasta al pesto rosso no latte e derivati		Pasta al pesto no grana padano
	Pane/Pane integrale		Pane/Pane integrale
	Frutta		Frutta
Venerdì	Pasta con dadolata di verdure no grana padano	Venerdì	Pasta con dadolata di verdure no grana padano
	Pepite di tofu gratinate		Tofu saltato con verdure
	Spinaci all'olio		Patate al vapore
	Pane/Pane integrale		Pane/Pane integrale
	Dolce vegano		Yogurt di soia