

Comune di Pontremoli

Menù invernale **SENZA CARNE** (animali terrestri) 2023-2024

1° Settimana:

PRANZO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
PRIMO	Stracchino (7)	Pasta all'olio (1)	Minestra in brodo vegetale (1-9)	Pasta al pomodoro (1)	Pasta al pesto (1-8)
SECONDO	Pizza Margherita con pasta "fatta in casa" (1-7)	Filetti di merluzzo* alla mugnaia (1)	Ricotta (7)	Sformatino di verdure (uova della Azienda Agricola Galeotti - Pontremoli) (3-7)	Polpettine di patate (3-7)
CONTORNO	Insalata mista	Carote* all'olio	Patate (fresche) arrosto	Insalata mista	Spinaci* all'olio
FRUTTA	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione

2° Settimana:

PRANZO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
PRIMO	Ravioli di pasta fresca con ricotta e spinaci (1-7)	Risotto alla parmigiana (7)	Pasta all'olio (1)	Pasta al pesto (1-8)	Passato di verdura* con pasta (1-9)
SECONDO	Caciottina di latte vaccino (7)	Frittata (3-7)	Crocchette di merluzzo* al forno (1-4)	Stracchino (7)	Filetti di platessa al limone e capperi (1-4)
CONTORNO	Insalata mista	Piselli*	Finocchi Gratinati (7)	Carote julienne all'olio	Insalata mista
FRUTTA	Budino al latte e cacao (7)	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione

Dott. Giacomo Vorluni
DIETISTA

Comune di Pontremoli

Menù invernale **SENZA CARNE** (animali terrestri) 2023-2024

3° Settimana:

PRANZO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
PRIMO	Pasta al pomodoro (1-9)	Stracchino (7)	Pasta all'olio (1)	Minestra in brodo vegetale (1-9)	Risotto con piselli* con brodo vegetale
SECONDO	Ricotta (7)	Pizza Margherita con pasta "fatta in casa" (1-7)	Frittata di verdure arcobaleno (uova della Azienda Agricola Galeotti – Pontremoli) (3-7-9)	Caciottina di latte vaccino (7)	Filetti di merluzzo* con pomodoro e capperi (1-4)
CONTORNO	Finocchi al forno	Insalata mista	Carote julienne all'olio	Insalata mista	Bietola* saltata
FRUTTA	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione

4° Settimana:

PRANZO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
PRIMO	Risotto alla parmigiana con brodo vegetale (7-9)	Pasta al pomodoro e olive (1-9)	Passato di verdure e riso*(9)	Pasta all'olio (1)	Pasta al pesto e pomodoro (1-7-8-9)
SECONDO	Crocchette di merluzzo* al forno (1-4)	Stracchino (7)	Frittata (3-7)	Polpettine di pesce* (1-3-4-14)	Misticanza di ceci e fagioli
CONTORNO	Insalata con julienne di finocchi freschi crudi	Insalata mista	Purè di patate fresche	Spinaci* all'olio	Carote* all'olio
FRUTTA	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Yogurt alla frutta (7)	Frutta fresca di stagione

Dott. Giacomo Vorluni
DIETISTA