

Comune di Pontremoli

Menù Estivo

1° Settimana:

PRANZO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
PRIMO	Pasta al pesto (1-7-8)	Minestra di verdura con orzo	Pizza Margherita con pasta "fatta in casa" (1-7)	Pasta al pomodoro (1-7-9)	Risotto all'ortolana * (7-9)
SECONDO	Fusi di pollo in forno (1)	Crocchette di merluzzo* al forno (4-1)	Prosciutto cotto alta qualità	Frittata di zucchine (uova della Azienda Agricola Galeotti – Pontremoli) (3-7-9)	Mozzarella
CONTORNO	Fagiolini* al pomodoro	Carote* all'olio	Insalata mista	Bietola* saltata	Insalata di pomodori
FRUTTA	Yogurt	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	Pasta a olio*(1)	Pasta rose (ricotta e pomodoro) *(9)	Lasagnette al pesto (1-7-8)	Risotto alla parmigiana (7-9)	Tortellini al pomodoro (1-7-9)
SECONDO	Polpettine di pesce* al forno (3-4-14-1)	Scaloppine "dorata" di vitello al forno (1)	Caciottina fresca (7)	Arista al forno	Uovo sodo
CONTORNO	Spinaci *saltati	Patate lesse	Insalata mista	Zucchine* alla Nipitella	Carote julienne
FRUTTA	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Budino al latte e cacao (7)

Dott. Giacomo Vorluni
DIETISTA

Comune di Pontremoli

Menù Estivo

3° Settimana:

PRANZO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
PRIMO	Torta di riso	Gnocchi di patate al pomodoro (1-9)	Pasta all'olio (1)	Prosciutto cotto alta qualità	Minestra di verdura con orzo
SECONDO		Frittata di verdure (uova della Azienda Agricola Galeotti – Pontremoli) (3-7--9)	Filetti di platessa all'isolana	Pizza Margherita con pasta "fatta in casa" (1-7)	Hamburger (1)
CONTORNO	Insalata di pomodri	Spinaci* saltati	Fagiolini* al pomodoro	Insalata mista	Patatine al forno
FRUTTA	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	yogurt	Frutta fresca di stagione

4° Settimana:

PRANZO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
PRIMO	Pasta al sugo finto * (1-9)	Risotto curcuma e zucchine (7-9)	Ravioli burro e salvia (1-9)	Minestra di verdura	Lasagnette al pomodoro (1-7-8-9)
SECONDO	Stracchino (7)	Petto di pollo gustosi (1)	Crocchette di patate	Arrosto di vitello (1)	Polpettine di pesce* al forno (3-4-14-1)
CONTORNO	Insalata mista	Insalata di pomodori	Carote* all'olio	Purè di patate fresche (7)	Zucchine* alla Nipitella
FRUTTA	Frutta fresca di stagione	Yogurt alla frutta (7)	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione

Dott. Giacomo Vorluni
DIETISTA