

Comune di Pontremoli

Menù invernale

1° Settimana:

PRANZO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
PRIMO	Prosciutto cotto di alta qualità	Pasta all'olio (1)/ravioli all'olio (medie) (1-7-3)	Minestra in brodo (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)	Polpettine di carne locale e verdure *(1-3-7-9)	Sformatino di verdure (uova della Azienda Agricola Galeotti - Pontremoli) (3-7) /caciotta (medie) (7)	Arista in forno (1)
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	Pasta al Pomodoro (1-9)	Risotto alla parmigiana (7)	Ravioli di pasta fresca con ricotta e spinaci (1-7-3)	Pasta al pesto (1-8)	Passato di verdura* con pasta (9)
SECONDO	Caciottina di latte vaccino (7)	Polpettine di pollo e spinaci *(1-3-7)	Crocchette di merluzzo* al forno (1-4)	Prosciutto cotto alta qualità	Petto di pollo al limone (1)
CONTORNO	Insalata mista	Piselli*	Finocchi gratinati	Carote julienne	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

3° Settimana:

PRANZO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
PRIMO	Pasta al pomodoro (1-9)	Prosciutto Cotto di alta qualità	Pasta all'olio (1)	Minestra in brodo (1-9)	Risotto con piselli*
SECONDO	Scaloppine di vitello dorate al forno (1)	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)/Arista al forno (medie) (1)	) Filetti di merluzzo* con pomodoro e capperi (4-1)
CONTORNO	Finocchi al forno	Insalata	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 (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	Scaloppine di Tacchino al timo e limone (1)	Stracchino (7)	Fusi di pollo arrosto	Polpettine di pesce *(3-4-14-1)/fusi di pollo arrosto (medie)	Misticanza 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