

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)	Bastoncini di pesce (4-1)	Prosciutto cotto alta qualità	Frittata di zucchine (uova della Azienda Agricola Galeotti – Pontremoli) (3-7-9)	Caciottina fresca (7)
CONTORNO	Bastoncini di finocchi	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 pomodoro (1-7-8-9)	Torta di riso	Pasta al sugo finto (1-9)
SECONDO	Polpettine di pesce* al forno (3-4-14-1)	Scaloppine "dorate" di vitello al forno (1)	Mozzarella (7)		Uovo sodo
CONTORNO	Spinaci *saltati	Patate lesse	Insalata mista	Carote julienne	Fagiolini
FRUTTA	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Budino al latte e cacao (7)	Frutta fresca di stagione

Dott. Giacomo Vorluni
DIETISTA

Comune di Pontremoli

Menù Estivo

3° Settimana:

PRANZO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
PRIMO	Pasta all'olio (1)	Ravioli burro e salvia (1-9)	Tortellini al pomodoro (1-7-9)	Prosciutto cotto alta qualità	Minestra di verdura con orzo
SECONDO	Stracchino (7)	Hamburger di ceci (3-7)	hamburger	Pizza Margherita con pasta "fatta in casa" (1-7)	Filetti di platessa all'isolana
CONTORNO	Insalata mista	Spinaci* saltati	Patatine al forno	Insalata mista	Zucchine alla nipitella
FRUTTA	Frutta fresca di stagione	Yogurt alla frutta (7)	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione

4° Settimana:

PRANZO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
PRIMO	Torta di riso	Risotto curcuma e zucchine (7-9)	Gnocchi di patate al pomodoro (1-9)	Minestra di verdura	Lasagnette al pesto (1-7-8-)
SECONDO		Petto di pollo gustosi (1)	Frittata di verdure (uova della Azienda Agricola Galeotti – Pontremoli) (3-7--9)	Arista al forno (1)	Polpettine di pesce* al forno (3-4-14-1)
CONTORNO	Insalata di pomodori	Insalata mista	Carote* all'olio	Purè di patate fresche (7)	Zucchine* alla Nipitella
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