

TABELLA DIETETICA ESTIVO

1^ SETTIMANA

Lunedì	TORTELLI RICOTTA E SPINACI	AFFETTATO TACCHINO	POMODORI
Martedì	RISOTTO C/ZUCCHINE E ZAFF.	COTOLETTA DI POLLO	CAROTE J.
Mercoledì	PASTA AL POMODORO E B.	PLATESSA GRATINATA	SPINACI SALTATI
Giovedì	CREMA DI CECI C/CROSTINI	COSCIA POLLO	PATATE ARROSTO
Venerdì	PIZZA MARGHERITA	TONNO	INSALATA

2^ SETTIMANA

Lunedì	PASTA AL PESTO	TORTINO DI VERDURE	INSALATA MISTA
Martedì	GNOCCHETTI ALLA SORRENTINA	TACCHINO AI FERRI C/RSOM.	CAROTE E CECI
Mercoledì	RISOTTO ALLE ZUCCHINE	MOZZARELLA	POMODORO
Giovedì	PASTA INT. POMODORO E OLIVE	SCALOPPINA POLLO LIM.	CAROTE AL PREZZEMOLO
Venerdì	CREMA DI PISELLI CON CROSTINI	MERLUZZO GRATINATO	VALERIANA

3^ SETTIMANA

Lunedì	RISOTTO AL LIMONE	FRITATTA CON ZUCCHINE	POMODORI
Martedì	PASTA AL RAGU' DI VERDURE	COTOLETTA DI POLLO	FAGIOLINI VAPORE
Mercoledì	PASTA AL PESTO	HAMBURGER DI VITELLO	INSALATA MISTA
Giovedì	CREMA DI CAROTE CON RISO	HALIBUT DORATO	PATATE AL VAPORE
Venerdì	PIZZA MARGHERITA	PROSCIUTTO COTTO	CAROTE JULIENNE

4^ SETTIMANA

Lunedì	PASTA OLIO E GRANA PADANO	FRITTATA CON PISELLI	VALERIANA
Martedì	RISOTTO CAROTE	SCALOPPINA ASPARAGI	INSALATA MISTA
Mercoledì	CREMA DI VERDURE CON PASTINA	HAMBURGER MANZO	PATATE ARROSTO
Giovedì	FARFALLE ZAFF, VERDURE	CRESCENZA	ZUCCHINE TRIFOLATE
Venerdì	PASTA ALLA LIGURE	BASTONCINI DI MERLUZZO	FAGIOLINI AL VAPORE