

dieta vegetariana

		PRIMO	SECONDO	CONTORNO	SUPPL.
1° settimana	LUN	Riso al burro	<b>Formaggio</b>	Tris di verdure a vapore (carote, cavoli, broccoli)	Frutta
	MAR	Minestra di ceci con pastina	Omelette al formaggio	Ins. Verde con radicchio	Frutta
	MER	Fusilli all'olio	<b>Polpete vegetali al pomodoro</b>	Carote julienne	Yogurt
	GIO	Vellutata di zucca con crostini	Formaggio Casatella (ELEM) Pizza Margherita (MAT)	Purè di patate (ELEM) Frutta (MAT)	Frutta (ELEM) Budino (MAT)
	VEN	Riso al radicchio	<b>Legumi in padella</b>	Spinaci a vapore	Frutta
2° settimana	LUN	Orecchiette con crema di piselli	Formaggio Asiago DOP	Finocchi julienne	Frutta
	MAR	Riso al pomodoro	<b>Polpete vegetali</b>	Carote a vapore	Frutta
	MER	Passato di verdura	Pizza margherita (ELEM) <b>Hamburger vegetariani</b> (MAT)	Frutta (ELEM) Purè di patate (MAT)	Budino (ELEM) Frutta (MAT)
	GIO	Mezze penne all'olio	Frittata al formaggio	Ins. verde con cappucci	Frutta
	VEN	<b>Semini in brodo vegetale</b>	<b>Formaggio</b>	Cavolfiore a vapore	Frutta
3° settimana	LUN	Gnocchi di patate al burro e salvia	<b>Legumi in padella</b>	Ins. verde con radicchio	Frutta
	MAR	Riso alla parmigiana	Formaggio Emmental	Piselli e carote al tegame	Frutta
	MER	<b>Anellini in brodo vegetale</b>	<b>Polpete vegetali</b>	Spinaci a vapore	Frutta
	GIO	Chifferi al pomodoro	Uova sode	Carote julienne	Yogurt
	VEN	Vellutata di carote con orzo	<b>Formaggio Stracchino</b>	Patate al forno	Frutta
4° settimana	LUN	Ditalini all'olio	<b>Hamburger vegetali</b>	Ins. verde con cappucci	Dolce bio
	MAR	Riso agli spinaci	<b>Formaggio</b>	Fagiolini a vapore	Frutta
	MER	Minestra di fagioli con pastina	Omelette al formaggio	Finocchi julienne	Frutta
	GIO	<b>Farfalline in brodo vegetale</b>	<b>Crema di ceci</b>	Patate e carote al vapore	Frutta
	VEN	Riso con la zucca	Formaggio stracchino	Ins. verde con mais	Frutta
5° settimana	LUN	Riso ai carciofi	<b>Legumi in padella</b>	Spinaci a vapore	Frutta
	MAR	Farfalle al pomodoro	<b>Crema di ceci</b>	Ins.verde con Cappucci	Yogurt
	MER	Vellutata di verdure	<b>Formaggio</b>	Polenta	Frutta
	GIO	Pasticciata al ragù di vegetale	Uova sode	Ins. verde con finocchi	Frutta
	VEN	Crema di legumi	Formaggio Montasio DOP	Purè di carote e patate	Frutta