

MENU' AUTUNNO DIETE 1° SETTIMANA

	Bianco	No latticini	No pomodoro	No frutta secca	No uovo	No glutine	No carne	No maiale	Halal	Vegetariano (no carne,no pesce)	Vegano
Pasta aglio e olio Uovo sodo Carote bay all'olio Frutta	Formaggio				Formaggio	Riso aglio e olio					Hummus di ceci
Passato di verdura con farro Polpette all'olio Spinacini in insalata Frutta	Riso all'olio		Passato di verdura senza pomodoro con farro			Passato di verdura con riso	Formaggio		Polpette/ Hamburger halal	Polpette vegetariane	Burger vegano
Pasta al burro e timo Bastoncini di pesce Cavolfiore all'olio Frutta	Carote all'olio	Pasta all'olio				Pasta senza glutine burro e timo Bastoncini di pesce senza glutine	No pesce Carne panata			Frittata	Tofu panato
Quadrucchi alla pomarola Ricotta Insalata con mais Frutta	Pasta all'olio	Pasta alla pomarola Pollo all'olio	Quadrucchi di patate al burro e salvia		Pasta alla pomarola	Ravioli senza glutine alla pomarola	No pesce Ravioli ricotta e spinaci alla pomarola				Pasta alla pomarola Formaggio vegano

N.B. LE SOSTITUZIONI PREVISTE POTREBBERO SUBIRE DELLE ALTERNATIVE GARANTENDO IL RISPETTO DELLA DIETA PREVISTA

MENU' AUTUNNO DIETE 2° SETTIMANA

	Bianco	No latticini	No pomodoro	No frutta secca	No uovo	No glutine	No carne	No maiale	Halal	Vegetariano (no carne, no pesce)	Vegano
Pasta integrale al pesto Merluzzo gratinato Fagiolini all'olio Frutta	Pasta integrale all'olio	Pasta integrale olio e basilico		Pasta integrale olio e basilico	Pasta integrale olio e basilico	Pasta senza glutine al pesto	No pesce Hamburger all'olio			Cotoletta vegetale	Pasta integrale olio e basilico Burger vegano
Pasta e fagioli Focaccia all'olio Crudità di carote Frutta	Pasta all'olio Polpette all'olio	Focaccia senza allergeni	Pasta e fagioli senza pomodoro			Pasta e fagioli senza glutine Focaccia all'olio senza glutine	No pesce Focaccia all'olio senza allergeni				
Riso alla zucca Mozzarella Insalata con mais Frutta	Riso all'olio	Polpette all'olio									Formaggio vegano
Pasta al pomodoro e alloro Frittata al formaggio Finocchi e carote all'olio Frutta	Pasta all'olio Merluzzo all'olio	Frittata senza latticini	Pasta all'olio		Cecina al forno	Pasta senza glutine al pomodoro e alloro					Cecina al forno
Pasta al burro e salvia Bocconcini di pollo al pomodoro Broccoli all'olio Frutta	Bocconcini di pollo all'olio Patate all'olio	Pasta all'olio	Bocconcini di pollo all'olio			Pasta senza glutine al burro e salvia	Merluzzo al pomodoro			Fagioli al pomodoro	Pasta all'olio Fagioli al pomodoro

N.B. LE SOSTITUZIONI PREVISTE POTREBBERO SUBIRE DELLE ALTERNATIVE GARANTENDO IL RISPETTO DELLA DIETA PREVISTA

MENU' AUTUNNO DIETE 3° SETTIMANA

	Bianco	No latticini	No pomodoro	No frutta secca	No uovo	No glutine	No carne	No maiale	Halal	Vegetariano (no carne,no pesce)	Vegano
Pasta aglio e olio Uovo sodo con maionese Spinaci all'olio Frutta	Formaggio				Formaggio	Riso aglio e olio					Hummus di ceci
Vellutata di cavolfiore e cavolo nero con crostini Bocconcini di tacchino stufati Insalata con mais Frutta	Riso all'olio					Vellutata di cavolfiore con crostini senza glutine	Merluzzo agli aromi		Bocconcini di tacchino halal	Polpette vegetariane	Burger vegano
Pasta alle vongole Stracchino Fagiolini all'olio Frutta	Pasta all'olio	Merluzzo all'olio	Pasta alle vongole senza pomodoro			Pasta senza glutine alle vongole	No pesce Pasta al pomodoro			Pasta al pomodoro	Pasta al pomodoro Formaggio vegano
Crema di verdura Pizza Margherita Yogurt alla frutta	Riso all'olio Merluzzo all'olio Patate all'olio	Pizza rossa con prosciutto cotto Dessert di riso no latticini	Pizza bianca senza pomodoro			Pizza margherita senza glutine					Pizza rossa Dessert di riso no latticini
Riso al pomodoro Lenticchie in umido Carote all'olio Frutta	Riso all'olio Polpette all'olio		Riso all'olio Lenticchie all'olio								

N.B. LE SOSTITUZIONI PREVISTE POTREBBERO SUBIRE DELLE ALTERNATIVE GARANTENDO IL RISPETTO DELLA DIETA PREVISTA

MENU' AUTUNNO DIETE 4° SETTIMANA

	Bianco	No latticini	No pomodoro	No frutta secca	No uovo	No glutine	No carne	No maiale	Halal	Vegetariano (no carne,no pesce)	Vegano
Pasta agli aromi Salsiccia al forno Carote filangè Frutta	Hamburger all'olio					Pasta senza glutine agli aromi	Cotoletta di merluzzo	Salsiccia di pollo e tacchino	Cotoletta di merluzzo	Burger vegano	Burger vegano
Pasta di grani antichi al pomodoro e basilico Merluzzo olio e limone Erbette saltate Frutta	Pasta di grani antichi all'olio		Pasta di grani antichi all'olio			Pasta senza glutine al pomodoro	No pesce Frittata al formaggio			Frittata al formaggio	Ceci all'olio
Riso al cavolo viola Bocconcini di Grana Finocchi e carote all'olio Frutta	Riso all'olio	Riso al cavolo viola senza latticini Bocconcini di pollo all'olio			Bocconcini di Parmigiano Reggiano						Tofu panato
Pasta e ceci Pane e olio Insalata mista con cavolo cappuccio e mais Frutta	Pasta all'olio Polpette all'olio		Pasta e ceci senza pomodoro			Pasta e ceci senza glutine Pane e olio senza glutine					
Vellutata di carote e porri con crostini Focaccia al formaggio Spinacini in insalata Frutta	Riso all'olio Formaggio	Focaccia con prosciutto cotto				Vellutata di carote e porri con crostini senza glutine Focaccia al formaggio senza glutine	No pesce Focaccia al formaggio senza allergeni				Focaccia con formaggio vegano

N.B. LE SOSTITUZIONI PREVISTE POTREBBERO SUBIRE DELLE ALTERNATIVE GARANTENDO IL RISPETTO DELLA DIETA PREVISTA