

# MENU'

## dieta comune

### **PRIMA SETTIMANA**

LUNEDI'	Brodo di carne con pastina all'uovo Polpette di carne al forno purè
MARTEDI'	Pasta con ragù di carne Frittata
MERCOLEDI'	Insalata di verdure crude Minestrone di verdure con Orzo perlato o riso Svizzera alla pizzaiola con tostone
GIOVEDI'	Insalata di sedano e carote Risotto alle verdure Prosciutto cotto Verdura mista
VENERDI'	Pasta con spinaci, ricotta, prezzemolo e olio Halibut al forno Finocchi e carote con olio e limone

### **SECONDA SETTIMANA**

LUNEDI'	Minestrone con riso o orzo perlato Arista di Maiale Insalata e carote
MARTEDI,	Pasta al pomodoro Tortino di verdura mista
MERCOLEDI'	Minestrina in brodo vegetale Bocconcini di tacchino o pollo al limone Patate lesse
GIOVEDI'	Risotto con verdure Frittata al forno con fagiolini, grana e prezzemolo Verza e radicchio rosso
VENERDI'	Pasta con tonno e pomodoro Halibut al forno con erbe aromatiche Insalata mista

### **TERZA SETTIMANA**

LUNEDI'	Minestrina in brodo Polpette di carne di manzo e bietole al pomodoro Insalata e radicchio rosso
MARTEDI,	Rigatoni al ragù di carne Crocchette di verdura (finocchi e carote con ricotta e prosciutto cotto)
MERCOLEDI'	Minestrone con orzo perlato o riso Scaloppine di tacchino al limone Insalata di fagiolini
GIOVEDI'	Risotto con spinaci Uova strapazzate con tostone Radicchio rosso e verza
VENERDI'	Pasta con zucchine e tostone Tonno Patate arrosto

### **QUARTA SETTIMANA**

LUNEDI'	Minestrina in brodo Macinato di manzo al limone Insalata verde
MARTEDI,	Risotto alle verdure Erbazzone (carote, bietole o spinaci con burro e formaggio)
MERCOLEDI'	Minestrone con pastina Arrosto di tacchino o pollo al forno con patate
GIOVEDI'	Pasta al ragù di carne Frittata al forno con formaggio grana Insalata verde e radicchio rosso
VENERDI'	Pasta con pomodoro e ricotta Halibut al vino bianco (al forno) Carote e finocchi crudi