



MENU' INVERNALE NIDI COMUNE DI COMO 2024/2025 PRIVO DI CARNE

	1^ SETTIMANA	2^ SETTIMANA	3^ SETTIMANA	4^ SETTIMANA
<b>LUNEDI</b>	Pasta al pomodoro Robiola Carote julienne Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Risotto allo zafferano Latteria Carote al vapore Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Pastina in brodo Frittata al parmigiano Biete all'olio Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Risotto alla parmigiana Frittata al forno Broccoli al naturale Frutta fresca Pane integrale
<b>MARTEDI</b>	Crema di lenticchie con ditalini Fagiolini all'olio* Frutta fresca Pane integrale	Crema di ceci con riso Fagiolini all'olio* Frutta fresca Pane integrale	Risotto allo zafferano Polpette di platessa*/merluzzo* Carote julienne Frutta fresca Pane integrale	Crema di ceci con pasta Ricotta 1/2 porzione Cavolfiori all'olio* Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio
<b>MERCOLEDI</b>	Passato di verdure con pastina <b>Polpette di legumi</b> Patate al forno* Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Pasta al sugo vegetale ( verdure*) <b>Omelette al parmigiano</b> Erbette all'olio* Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Pasta all'olio <b>Ricotta gratinata</b> Fagiolini all'olio* Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Polenta <b>Certosino</b> Carote al vapore* Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio
<b>GIOVEDI</b>	Risotto allo zafferano Uovo strapazzato Carote al vapore* Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	<b>Lasagne al pomodoro e ricotta</b> Broccoli gratinati* Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Pasta al pomodoro <b>Uovo strapazzato</b> Cavolfiori al vapore Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Pastina in brodo Crocchette di pesce (merluzzo*/platessa*) Fagiolini all'olio* Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio
<b>VENERDI</b>	Pasta all'olio Polpette di platessa*/merluzzo* Cavolfiori all'olio Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Riso al pomodoro Polpette di platessa*/merluzzo* Finocchi lessi Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Crema di lenticchie con ditalini Spinaci gratinati* Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Crema di verdura* con riso Tortino di legumi Patate al vapore Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio

\* prodotto gelo