



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

	1^ SETTIMANA	2^ SETTIMANA	3^ SETTIMANA	4^ SETTIMANA
LUNEDI	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 (brodo senza legumi) 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
MARTEDI	Ditalini all'olio Pesce al vapore Spinaci all'olio* Frutta fresca Pane integrale	Riso all'olio e parmigiano Pesce al vapore Biete all'olio Frutta fresca Pane integrale	Risotto allo zafferano Polpette di platessa*/merluzzo* Carote julienne Frutta fresca Pane integrale	Pastina all'olio Ricotta Cavolfiori all'olio* Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio
MERCOLEDI	Passato di verdure con pastina (senza legumi) Arrosti di tacchino al forno Patate al forno* Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Pasta al sugo vegetale (verdure*) (senza legumi) Straccetti di pollo gratinato Erbette all'olio* Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Pasta all'olio Polpette di vitello al forno Carote al vapore Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Polenta Brusci (di vitello) Carote al vapore* Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio
GIOVEDI	Risotto allo zafferano Uovo strapazzato Carote al vapore* Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Lasagne alla bolognese Broccoli gratinati* Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Pasta al pomodoro Petto di pollo panato Cavolfiori al vapore Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Pastina in brodo senza legumi Crocchette di pesce (merluzzo*/platessa*) Biete all'olio Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio
VENERDI	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 verdure con ditalini Ricotta Spinaci gratinati* Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Crema di verdura* con riso (senza legumi) Uovo strapazzato Patate al vapore Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio

* prodotto gelo