



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

	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 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	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 Lenticchie stufate 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
MERCOLEDI	Passato di verdure con pastina Polpette di legumi Patate al forno* Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Pasta al sugo vegetale (verdure*) Omelette al parmigiano Erbette all'olio* Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Pasta all'olio Ricotta gratinata Fagiolini all'olio* Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Polenta Certosino 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 al pomodoro e ricotta Broccoli gratinati* Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Pasta al pomodoro Uovo strapazzato Cavolfiori al vapore Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Pastina in brodo uovo sodo Fagiolini all'olio* Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio
VENERDI	Pasta all'olio Ricotta Cavolfiori all'olio Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Riso al pomodoro Polpette di legumi 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