

## **MENU ESTIVO E CENTRO RICREATIVO DIURNO "ALLEGRAEMENTE INSIEME" ANNO 2024 – NO UOVO**

### **Settimana – 1/5 luglio**

#### **Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Lun:** Risotto alla parmigiana\*, fesa di tacchino julienne, fagiolini

#### **Spuntino: YOGURT**

**Mar:** Pasta e zucchine\*, FORMAGGIO, biette

#### **Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Mer:** Insalata di riso con verdure, merluzzo aromi, pomodori in insalata

#### **Spuntino: SPREMUTA O SUCCO**

**Gio:** Insalata verde, focaccia, ½ razione di prosciutto ½ razione di formaggio

#### **Spuntino: FRUTTA**

**Ven:** Pasta integrale ragù di lenticchie\*, burger di biette\*, carote julienne

### **Settimana – 8/12 luglio**

#### **Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Lun:** Risotto alle carote\*, bocconcini di pollo gratinati, mix di verdure

#### **Spuntino: YOGURT**

**Mar:** Pasta integrale AL POMODORO\*, FORMAGGIO, fagiolini

#### **Spuntino: SPREMUTA O SUCCO**

**Mer:** Insalata, pizza rossa, formaggio spalmabile

#### **Spuntino: FRUTTA**

**Gio:** Risotto agli agrumi\*, PESCE\*, pomodori in insalata

#### **Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Ven:** Pasta con crema di piselli\*, morbidelle di verdura\*, insalata mista

### **Settimana – 15/19 luglio**

#### **Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Lun:** Pasta zafferano e zucchine\*, PESCE\*, mix di verdure

#### **Spuntino: YOGURT**

**Mar:** Pomodori in insalata, bocconcini di pollo gratini, patate al forno

#### **Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Mer:** Risotto allo zafferano\*, tortino di ceci e carote\*, insalata verde

#### **Spuntino: FRUTTA**

**Gio:** Pasta pomodoro e basilico\*, mozzarella, zucchine

**Spuntino: SPREMUTA O SUCCO**

**Ven:** Pasta alle verdure\*, bocconcini di merluzzo gratinati, carote julienne

**Settimana – 22/26 luglio**

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Lun:** Pomodori in insalata, insalata di riso prosciutto e formaggio

**Spuntino: YOGURT**

**Mar:** Pasta AL PESTO DI ZUCCHINE E BASILICO\*, PESCE\*, fagiolini

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Mer:** Risotto alla barbabietola\*, fesa di tacchino julienne, zucchine

**Spuntino: FRUTTA**

**Gio:** Pasta al tonno\*, merluzzo al limone, carote julienne

**Spuntino: SPREMUTA O FRUTTA**

**Ven:** Insalata, pizza rossa, formaggio

**MERENDE POMERIDIANE saranno alternate:**

Yogurt e biscotti\*

Pane e marmellata

The e DOLCE NO UOVO

Budino\* o gelato\*

Succo di arance e focaccia

**GLI ALIMENTI AVENTI \* SARANNO PREPARATI CON L'ASSENZA DI UOVO. GLI ALIMENTI SCRITTI IN STAMPATELLO INDICANO LE VARIAZIONI ADOTTATE AL MENU' CON ALIMENTI PRIVI DI UOVO.**

**NB: durante l'anno le preparazioni potranno essere modificate in base alle disponibilità delle derrate fornita al centro cottura; garantendo comunque i requisiti richiesti dalla tipologia di dieta.**

**REDATTO DALLA DIETISTA.**

**MENU ESTIVO E CENTRO RICREATIVO DIURNO "ALLEGRAEMENTE INSIEME" ANNO 2024 – NO LATTE**

**Settimana – 1/5 luglio**

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Lun:** RISO ALL'OLIO, fesa di tacchino julienne, fagiolini

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Mar:** Pasta e zucchine, frittata al pomodoro\*, biete

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Mer:** Insalata di riso con verdure, merluzzo aromi, pomodori in insalata

**Spuntino: SPREMUTA O SUCCO**

**Gio:** Insalata verde, focaccia, PROSCIUTTO\*

**Spuntino: FRUTTA**

**Ven:** Pasta integrale ragù di lenticchie, burger di biette\*, carote julienne

**Settimana – 8/12 luglio**

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Lun:** RISO alle carote\*, bocconcini di pollo gratinati, mix di verdure

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Mar:** Pasta integrale AL POMDOORO\*, uova strapazzate\*, fagiolini

**Spuntino: SPREMUTA O SUCCO**

**Mer:** Insalata, pizza rossa, TONNO

**Spuntino: FRUTTA**

**Gio:** RISO agli agrumi, PESCE\*, pomodori in insalata

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Ven:** Pasta con crema di piselli\*, morbidelle di verdura\*, insalata mista

**Settimana – 15/19 luglio**

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Lun:** Pasta zafferano e zucchine, frittata con spinaci\*, mix di verdure

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Mar:** Pomodori in insalata, bocconcini di pollo gratini, patate al forno

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Mer:** RISO allo zafferano\*, tortino di ceci e carote\*, insalata verde

**Spuntino: FRUTTA**

**Gio:** Pasta pomodoro e basilico\*, CARNE\*, zucchine

**Spuntino: SPREMUTA O SUCCO**

**Ven:** Pasta alle verdure, bocconcini di merluzzo gratinati, carote julienne

**Settimana – 22/26 luglio**

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Lun:** Pomodori in insalata, insalata di PROSCIUTTO COTTO\*

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Mar:** Pasta al PESTO DI ZUCCHINE O BASILICO FRESCO\*, frittata alle zucchine\*, fagiolini

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Mer:** RISO alla barbabietola\*, fesa di tacchino julienne, zucchine

**Spuntino: FRUTTA**

**Gio:** Pasta al tonno, merluzzo al limone, carote julienne

**Spuntino: SPREMUTA O FRUTTA**

**Ven:** Insalata, pizza rossa, TONNO

**MERENDE POMERIDIANE saranno alternate:**

SUCCO E BISCOTTI NO LATTE\*

Pane e marmellata

The e DOLCE NO LATTE

BUDINO LATTE SOIA

Succo di arance e focaccia

**GLI ALIMENTI AVENTI \* SARANNO PREPARATI CON L'ASSENZA DI LATTE E SUOI DERIVATI. GLI ALIMENTI SCRITTI IN STAMPATELLO INDICANO LE VARIAZIONI ADOTTATE AL MENU' CON ALIMENTI PRIVI DI LATTE E DERIVATI.**

**NB:** durante l'anno le preparazioni potranno essere modificate in base alle disponibilità delle derrate fornite al centro cottura; garantendo comunque i requisiti richiesti dalla tipologia di dieta.

**REDATTO DALLA DIETISTA**

**MENU ESTIVO E CENTRO RICREATIVO DIURNO "ALLEGRAEMENTE INSIEME" ANNO 2024 – NO FRUTTA SECCA**

**Settimana – 1/5 luglio**

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Lun:** Risotto alla parmigiana, fesa di tacchino julienne\*\*, fagiolini

**Spuntino: YOGURT**

**Mar:** Pasta e zucchine, frittata al pomodoro, biette

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Mer:** Insalata di riso con verdure, merluzzo aromi\*\*, pomodori in insalata

**Spuntino: SPREMUTA O SUCCO**

**Gio:** Insalata verde, focaccia, ½ razione di prosciutto ½ razione di formaggio

**Spuntino: FRUTTA**

**Ven:** Pasta integrale ragù di lenticchie\*\*, burger di biette\*\*, carote julienne

#### **Settimana – 8/12 luglio**

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Lun:** Risotto alle carote\*\*, bocconcini di pollo gratinati, mix di verdure

**Spuntino: YOGURT**

**Mar:** Pasta integrale AL POMODORO, uova strapazzate, fagiolini

**Spuntino: SPREMUTA O SUCCO**

**Mer:** Insalata, pizza rossa, formaggio spalmabile

**Spuntino: FRUTTA**

**Gio:** Risotto agli agrumi, PESCE GRATINATO\*\*, pomodori in insalata

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Ven:** Pasta con crema di piselli, morbidelle di verdura\*\*, insalata mista

#### **Settimana – 15/19 luglio**

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Lun:** Pasta zafferano e zucchine, frittata con spinaci, mix di verdure

**Spuntino: YOGURT**

**Mar:** Pomodori in insalata, bocconcini di pollo gratini\*\*, patate al forno

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Mer:** Risotto allo zafferano, tortino di ceci e carote\*\*, insalata verde

**Spuntino: FRUTTA**

**Gio:** Pasta pomodoro e basilico, mozzarella, zucchine

**Spuntino: SPREMUTA O SUCCO**

**Ven:** Pasta alle verdure, bocconcini di merluzzo gratinati\*\*, carote julienne

#### **Settimana – 22/26 luglio**

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Lun:** Pomodori in insalata, insalata di riso prosciutto e formaggio

**Spuntino: YOGURT**

**Mar:** Pasta al PESTO DI ZUCCHINA O BASILICO FRECSO\*\*, frittata alle zucchine, fagiolini

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Mer:** Risotto alla barbabietola, fesa di tacchino julienne\*\*, zucchine

**Spuntino: FRUTTA**

**Gio:** Pasta al tonno, merluzzo al limone, carote julienne

**Spuntino: SPREMUTA O FRUTTA**

**Ven:** Insalata, pizza rossa, formaggio

**MERENDE POMERIDIANE saranno alternate:**

Yogurt e biscotti\*\*

Pane e marmellata

The e torta o the e dolce da forno

Budino\*\* o gelato\*\*

Succo di arance e focaccia

**GLI ALIMENTI AVENTI \*\*SARANNO PREPARATI CON L'ASSENZA DI FRUTTA SECCA. GLI ALIMENTI SCRITTI IN STAMPATELLO INDICANO LE VARIAZIONI ADOTTATE AL MENU' CON ALIMENTI PROVI DI FRUTTA SECCA.**

**NB: durante l'anno le preparazioni potranno essere modificate in base alle disponibilità delle derrate fornite al centro cottura; garantendo comunque i requisiti richiesti della tipologia di dieta.**

**REDATTO DALLA DIETISTA**

**MENU ESTIVO E CENTRO RICREATIVO DIURNO "ALLEGRAEMENTE INSIEME" ANNO 2024 – NO GLUTINE**

**Settimana – 1/5 luglio**

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA S.G.**

**Lun:** Risotto alla parmigiana S.G., fesa di tacchino julienne S.G., fagiolini S.G.

**Spuntino: YOGURT S.G.**

**Mar:** Pasta e zucchine S.G., frittata al pomodoro S.G., biette S.G.

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA S.G.**

**Mer:** Insalata di riso con verdure S.G., merluzzo aromi S.G., pomodori in insalata S.G.

**Spuntino: SPREMUTA O SUCCO S.G.**

**Gio:** Insalata verde S.G., focaccia S.G., ½ razione di prosciutto ½ razione di formaggio S.G.

**Spuntino: FRUTTA S.G.**

**Ven:** Pasta RAGU' LEGUMI GELO S.G., burger di biette S.G., carote julienne S.G.

**Settimana – 8/12 luglio**

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA S.G.**

**Lun:** Risotto alle carote S.G., bocconcini di pollo gratinati S.G., mix di verdure S.G.

**Spuntino: YOGURT S.G.**

**Mar:** Pasta alla Portofino S.G., uova strapazzate S.G., fagiolini S.G.

**Spuntino: SPREMUTA O SUCCO S.G.**

**Mer:** Insalata S.G., pizza rossa S.G., formaggio spalmabile S.G.

**Spuntino: FRUTTA S.G.**

**Gio:** Risotto agli agrumi S.G., PESCE S.G., pomodori in insalata S.G.

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA S.G.**

**Ven:** Pasta con crema di piselli GELO S.G., morbidelle di verdura S.G., insalata mista S.G.

#### **Settimana – 15/19 luglio**

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA S.G.**

**Lun:** Pasta zafferano e zucchine S.G., frittata con spinaci S.G., mix di verdure S.G.

**Spuntino: YOGURT S.G.**

**Mar:** Pomodori in insalata S.G., bocconcini di pollo gratini S.G., patate al forno S.G.

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA S.G.**

**Mer:** Risotto allo zafferano S.G., POLPETTE DI LEGUMI GELO S.G., insalata verde S.G.

**Spuntino: FRUTTA S.G.**

**Gio:** Pasta pomodoro e basilico S.G., mozzarella S.G., zucchine S.G.

**Spuntino: SPREMUTA O SUCCO S.G.**

**Ven:** Pasta alle verdure S.G., bocconcini di merluzzo gratinati S.G., carote julienne S.G.

#### **Settimana – 22/26 luglio**

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA S.G.**

**Lun:** Pomodori in insalata S.G., insalata di riso prosciutto e formaggio S.G.

**Spuntino: YOGURT S.G.**

**Mar:** Pasta al pesto S.G., frittata alle zucchine S.G., fagiolini S.G.

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA S.G.**

**Mer:** Risotto alla barbabietola S.G., fesa di tacchino julienne S.G., zucchine S.G.

**Spuntino: FRUTTA S.G.**

**Gio:** Pasta al tonno S.G., merluzzo al limone S.G., carote julienne S.G.

**Spuntino: SPREMUTA O FRUTTA S.G.**

**Ven:** Insalata S.G., pizza rossa S.G., formaggio S.G.

**MERENDE POMERIDIANE saranno alternate:**

Yogurt e biscotti S.G.

Pane e marmellata S.G.

The e torta o the e dolce da forno S.G.

budino o gelato S.G  
Succo di arance e focaccia S.G.

**LA DICITURA S.G. INDICA CHE VERRANNO UTILIZZATI PRODOTTI PRIVI DI GLUTINE**

**REDATTO DALLA DIETISTA**

**MENU ESTIVO E CENTRO RICREATIVO DIURNO "ALLEGRAEMENTE INSIEME" ANNO 2024 – NO CARNE**

**Settimana – 1/5 luglio**

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Lun:** Risotto alla parmigiana, PESCE, fagiolini

**Spuntino: YOGURT**

**Mar:** Pasta e zucchine, frittata al pomodoro, biette

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Mer:** Insalata di riso con verdure, merluzzo aromi, pomodori in insalata

**Spuntino: SPREMUTA O SUCCO**

**Gio:** Insalata verde, focaccia, FORMAGGIO

**Spuntino: FRUTTA**

**Ven:** Pasta integrale ragù di lenticchie, burger di biette, carote julienne

**Settimana – 8/12 luglio**

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Lun:** Risotto alle carote, PESCE FORNO, mix di verdure

**Spuntino: YOGURT**

**Mar:** Pasta integrale alla Portofino, uova strapazzate, fagiolini

**Spuntino: SPREMUTA O SUCCO**

**Mer:** Insalata, pizza rossa, formaggio spalmabile

**Spuntino: FRUTTA**

**Gio:** Risotto agli agrumi, cotoletta di pesce, pomodori in insalata

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Ven:** Pasta con crema di piselli, morbidelle di verdura, insalata mista

**Settimana – 15/19 luglio**

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Lun:** Pasta zafferano e zucchine, frittata con spinaci, mix di verdure

**Spuntino: YOGURT**

**Mar:** Pomodori in insalata, PESCE FORNO, patate al forno

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Mer:** Risotto allo zafferano, tortino di ceci e carote, insalata verde

**Spuntino: FRUTTA**

**Gio:** Pasta pomodoro e basilico, mozzarella, zucchine

**Spuntino: SPREMUTA O SUCCO**

**Ven:** Pasta alle verdure, bocconcini di merluzzo gratinati, carote julienne

**Settimana – 22/26 luglio**

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Lun:** Pomodori in insalata, insalata di riso FORMAGGIO

**Spuntino: YOGURT**

**Mar:** Pasta al pesto, frittata alle zucchine, fagiolini

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Mer:** Risotto alla barbabietola, BURGER DI BIETE, zucchine

**Spuntino: FRUTTA**

**Gio:** Pasta al tonno, merluzzo al limone, carote julienne

**Spuntino: SPREMUTA O FRUTTA**

**Ven:** Insalata, pizza rossa, formaggio

**MERENDE POMERIDIANE saranno alternate:**

Yogurt e biscotti

Pane e marmellata

The e torta o the e dolce da forno

budino o gelato

Succo di arance e focaccia

**GLI ALIMENTI SCRITTI IN STAMPATELLO INDICANO LE VARIAZIONI ADOTTATE AL MENU' CON ALIMENTI PRIVI DI CARNE.**

**NB: durante l'anno le preparazioni potranno essere modificate in base alle disponibilità delle derrate fornite al centro cottura; garantendo comunque i requisiti richieste dalla tipologia di dieta.**

**REDATTO DALLA DIETISTA**

**MENU ESTIVO E CENTRO RICREATIVO DIURNO "ALLEGREMENTE INSIEME" ANNO 2024 – NO MAIALE**

### **Settimana – 1/5 luglio**

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Lun:** Risotto alla parmigiana, fesa di tacchino julienne, fagiolini

**Spuntino: YOGURT**

**Mar:** Pasta e zucchine, frittata al pomodoro, biette

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Mer:** Insalata di riso con verdure, merluzzo aromi, pomodori in insalata

**Spuntino: SPREMUTA O SUCCO**

**Gio:** Insalata verde, focaccia, FORMAGGIO

**Spuntino: FRUTTA**

**Ven:** Pasta integrale ragù di lenticchie, burger di biette, carote julienne

### **Settimana – 8/12 luglio**

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Lun:** Risotto alle carote, bocconcini di pollo gratinati, mix di verdure

**Spuntino: YOGURT**

**Mar:** Pasta integrale alla Portofino, uova strapazzate, fagiolini

**Spuntino: SPREMUTA O SUCCO**

**Mer:** Insalata, pizza rossa, formaggio spalmabile

**Spuntino: FRUTTA**

**Gio:** Risotto agli agrumi, cotoletta di pesce, pomodori in insalata

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Ven:** Pasta con crema di piselli, morbidelle di verdura, insalata mista

### **Settimana – 15/19 luglio**

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Lun:** Pasta zafferano e zucchine, frittata con spinaci, mix di verdure

**Spuntino: YOGURT**

**Mar:** Pomodori in insalata, bocconcini di pollo gratini, patate al forno

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Mer:** Risotto allo zafferano, tortino di ceci e carote, insalata verde

**Spuntino: FRUTTA**

**Gio:** Pasta pomodoro e basilico, mozzarella, zucchine

**Spuntino: SPREMUTA O SUCCO**

**Ven:** Pasta alle verdure, bocconcini di merluzzo gratinati, carote julienne

**Settimana – 22/26 luglio**

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Lun:** Pomodori in insalata, insalata di riso FORMAGGIO E TONNO

**Spuntino: YOGURT**

**Mar:** Pasta al pesto, frittata alle zucchine, fagiolini

**Spuntino: MOUSSE DI FRUTTA**

**Mer:** Risotto alla barbabietola, fesa di tacchino julienne, zucchine

**Spuntino: FRUTTA**

**Gio:** Pasta al tonno, merluzzo al limone, carote julienne

**Spuntino: SPREMUTA O FRUTTA**

**Ven:** Insalata, pizza rossa, formaggio

**MERENDE POMERIDIANE saranno alternate:**

Yogurt e biscotti

Pane e marmellata

The e torta o the e dolce da forno

budino o gelato

Succo di arance e focaccia

**GLI ALIMENTI SCRITTI IN STAMPATELLO INDICANO LE VARIAZIONI ADOTTATE AL MENU' CON ALIMENTI PRIVI DI CARNE DI MAIALE.**

**NB: durante l'anno le preparazioni potranno essere modificate in base alle disponibilità delle derrate fornite al centro cottura; garantendo comunque i requisiti richiesti dalla tipologia di dieta.**

**REDATTO DALLA DIETISTA.**