Scuola Sacra famiglia

Menù Invernale

1°SETTIMANA

LUNEDI’

-Minestrone

(**sedano- pomodoro-glutine)**

-Formaggio

-Insalata o patate lesse

MARTEDI’

-Risotto al porro

-Frittata**(latte,formaggio grana,uovo**)

-Carote o cavolo cappuccio

MERCOLEDI’

-Pasta al sugo con le verdure **( pomodoro,sedano**)

-Arrosto di tacchino o pollo

-Insalata

GIOVEDI’

-Pasta con funghi

-Prosciutto cotto

-Spinaci all’olio

VENERDI’

-Risotto alla zucca

-Polpette di pesce al forno**(glutine**)

- Finocchio o carote

2° SETTIMANA

LUNEDI’

-Pasta con piselli **(glutine)**

-Formaggio **(latticini**)

-Insalata

MARTEDI

-Riso all’olio e grana

-Scaloppine di pollo al limone(glutine)

-Fagiolini o carote

MERCOLEDI’

-Pasta al pomodoro

-Frittata**(latte,formaggio grana,uovo**)

-Insalata o spinaci

GIOVEDI’

-Spezzatino di maiale con verdure(**sedano)**

-Polenta

-Insalata mista o patate

VENERDI’

-Minestrone**(sedano- pomodoro-glutine)**

-Bastoncini di pesce**(glutine**)

-Cavolo cappuccio

3° SETTIMANA

LUNEDI

-Pasta al pomodoro**(glutine-sedano-formaggio - grana)**

-Formaggio

-Purea di patate **(latte,burro)** insalata verde

MARTEDI

-Minestrone(**sedano-pomodoro-glutine)**

-Scaloppine di maiale

-Insalata

MERCOLEDI

-Risotto all’ortolana(**sedano- pomodoro-glutine)**

-**Uova** sode

-Carote crude

GIOVEDI

-Sminuzzata di tacchino

-Polenta

-Finocchio o insalata

VENERDI

-Pasta ai quattro formaggi(**latticini**)

-Polpettine di pesce(**glutine)**

-Cavolo cappuccio o insalata

4° SETTIMANA

LUNEDI

-Pasta al pomodoro**(pomodoro sedano)**

- Spinacine di pollo e spinaci(**glutine- formaggio grana)**

-Cavolo cappuccio

MARTEDI

-Passato di verdura con crostini**(sedano,glutine)**

-Polpette di carne

-Insalata verde o patate al forno

MERCOLEDI

-Risotto ai funghi

-Frittata con verdure **(uova-latte-formaggio)**

-Carote

GIOVEDI

-Pasta olio e grana

-Formaggio

-Insalata

VENERDI

-Pasta al pesto**(formaggio grana-proteine dell’uovo)**

-Filetto di pesce

-Fagiolini