

MENU' AUTUNNO DIETE 1° SETTIMANA

	Bianco	No latticini	No pomodoro	No frutta secca	No uovo	No glutine	No carne	No maiale	Halal	Vegetariano (no carne,no pesce)	Vegano
Pasta aglio e olio Uovo sodo Carote bay all'olio Frutta	Formaggio				Formaggio	Pasta aglio e olio senza glutine					Hummus di ceci
Riso al pomodoro Fagioli alla salvia Bietola all'olio Frutta	Riso all'olio Bocconcini di pollo all'olio		Riso all'olio								
Passato di verdura con orzo Polpette all'olio Spinacini in insalata Frutta	Riso all'olio		Passato di verdura senza pomodoro con orzo			Passato di verdura con riso	Formaggio		Polpette/ Hamburger halal	Polpette vegetariane	Burger vegano
Pasta al burro e timo Formine di mare Cavolfiore all'olio Frutta	Carote all'olio	Pasta all'olio Merluzzo gratinato			Merluzzo gratinato	Pasta senza glutine burro e timo Merluzzo gratinato/ formine di mare senza glutine	No pesce Carne panata			Frittata	Tofu panato
Quadrucci alla pomarola Ricotta Insalata con mais Frutta	Pasta all'olio	Pasta alla pomarola Bocconcini di pollo all'olio	Quadrucci di patate al burro e salvia		Pasta alla pomarola	Ravioli senza glutine alla pomarola	No pesce Ravioli ricotta e spinaci alla pomarola				Pasta alla pomarola Formaggio vegano

N.B. LE SOSTITUZIONI PREVISTE POTREBBERO SUBIRE DELLE ALTERNATIVE GARANTENDO IL RISPETTO DELLA DIETA PREVISTA

MENU' AUTUNNO DIETE 2° SETTIMANA

	Bianco	No latticini	No pomodoro	No frutta secca	No uovo	No glutine	No carne	No maiale	Halal	Vegetariano (no carne,no pesce)	Vegano
Pasta integrale al pesto Mozzarella Fagiolini all'olio Frutta	Pasta integrale all'olio	Pasta integrale olio e basilico Polpette all'olio		Pasta integrale olio e basilico	Pasta integrale olio e basilico	Pasta senza glutine al pesto					Pasta integrale olio e basilico Formaggio vegano
Riso alla zucca Merluzzo gratinato Insalata mista con mais Frutta	Riso all'olio					Merluzzo gratinato senza glutine	No pesce Carne panata			Polpette vegetariane	Burger vegano
Zuppa di farro alla lucchese Pane e olio Crudità di carote Frutta	Riso all'olio Hamburger all'olio		Zuppa di farro alla lucchese no pomodoro			Zuppa con riso alla lucchese Pane e olio senza glutine					
Pasta al pomodoro e alloro Frittata al formaggio Finocchi e carote all'olio Futta	Pasta all'olio Merluzzo all'olio	Frittata senza latticini	Pasta all'olio		Cecina al forno	Pasta senza glutine al pomodoro e alloro					Cecina al forno
Pasta al burro e salvia Bocconcini di pollo al pomodoro Broccoli all'olio Frutta	Bocconcini di pollo all'olio Patate all'olio	Pasta all'olio	Bocconcini di pollo all'olio			Pasta senza glutine al burro e salvia	Merluzzo al pomodoro			Fagioli al pomodoro	Pasta all'olio Fagioli al pomodoro

N.B. LE SOSTITUZIONI PREVISTE POTREBBERO SUBIRE DELLE ALTERNATIVE GARANTENDO IL RISPETTO DELLA DIETA PREVISTA

MENU' AUTUNNO DIETE 3° SETTIMANA

	Bianco	No latticini	No pomodoro	No frutta secca	No uovo	No glutine	No carne	No maiale	Halal	Vegetariano (no carne,no pesce)	Vegano
Pasta aglio e olio Uovo sodo con maionese Spinaci all'olio Frutta	Formaggio				Formaggio	Pasta senza glutine aglio e olio					Hummus di ceci
Vellutata di cavolfiore e cavolo nero con crostini Stracchino Insalata con mais Frutta	Riso all'olio	Bocconcini di pollo all'olio				Vellutata di cavolfiore con crostini senza glutine					Formaggio vegano
Pasta al ragù di mare Lenticchie in umido Carote all'olio Frutta	Pasta all'olio Merluzzo all'olio		Pasta al ragù di mare senza pomodoro Lenticchie all'olio			Pasta senza glutine al ragù di mare	No pesce Pasta al pomodoro			Pasta al pomodoro	Pasta al pomodoro
Crema di verdura Pizza Margherita Yogurt alla frutta	Riso all'olio Polpette all'olio Patate all'olio Frutta	Pizza rossa con prosciutto cotto Dessert di riso no latticini	Pizza bianca senza pomodoro			Pizza margherita senza glutine					Pizza rossa Dessert di riso no latticini
Riso al pomodoro Bocconcini di tacchino stufati limone e finocchio Fagiolini all'olio Frutta	Riso all'olio		Riso all'olio				Merluzzo stufato		Bocconcini di tacchino halal	Polpette vegetariane	Burger vegano

N.B. LE SOSTITUZIONI PREVISTE POTREBBERO SUBIRE DELLE ALTERNATIVE GARANTENDO IL RISPETTO DELLA DIETA PREVISTA

MENU' AUTUNNO DIETE 4° SETTIMANA

	Bianco	No latticini	No pomodoro	No frutta secca	No uovo	No glutine	No carne	No maiale	Halal	Vegetariano (no carne,no pesce)	Vegano
Pasta agli aromi Salsiccia al forno Carote filangè Frutta	Hamburger all'olio					Pasta senza glutine agli aromi	Cotoletta di merluzzo	Salsiccia di pollo e tacchino	Cotoletta di merluzzo	Burger vegano	Burger vegano
Pasta di grani antichi al pomodoro e basilico Merluzzo olio e limone Erbette saltate Frutta	Pasta di grani antichi all'olio		Pasta di grani antichi all'olio			Pasta senza glutine al pomodoro	No pesce Frittata al formaggio			Frittata al formaggio	Ceci all'olio
Riso al cavolo viola Bocconcini di Grana Finocchi e carote all'olio Frutta	Riso all'olio	Riso al cavolo viola senza latticini Bocconcini di pollo all'olio		Riso al cavolo viola senza frutta secca	Bocconcini di Parmigiano Reggiano						Tofu panato
Pasta e ceci Focaccia al formaggio Insalata mista con cavolo cappuccio e mais Frutta	Pasta all'olio Formaggio	Focaccia con prosciutto cotto	Pasta e ceci senza pomodoro			Pasta e ceci senza glutine Focaccia al formaggio senza glutine	No pesce: Focaccia al formaggio no allergeni				Focaccia con formaggio vegano
Vellutata di carote e porri con crostini Sfornato di patate Spinacini in insalata Frutta	Riso all'olio Bocconcini di pollo all'olio	Sfornato di patate no latticini			Cecina con patate	Vellutata di carote e porri con crostini senza glutine					Cecina con patate

N.B. LE SOSTITUZIONI PREVISTE POTREBBERO SUBIRE DELLE ALTERNATIVE GARANTENDO IL RISPETTO DELLA DIETA PREVISTA