



|                          | Lunedì  | Martedì  | Mercoledì  | Giovedì   | Venerdì  |
|--------------------------|---|--|--|---|--|
| <b>I<br/>Settimana</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Riso agli asparagi</li> <li>• <b>Contorno mediterraneo</b></li> <li>• Frutta</li> <li>• Pane</li> </ul>            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Orzotto alle verdure</li> <li>• <b>Lenticchie</b></li> <li>• Frutta</li> <li>• Pane</li> </ul>                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Insalata mista</b></li> <li>• Pizza alle verdure</li> <li>• Frutta</li> </ul>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta al battuto di zucchine</li> <li>• <b>Carote julienne</b></li> <li>• Budino di riso/soia</li> <li>• Pane</li> </ul>           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cous cous con verdurine e legumi</li> <li>• <b>Zucchine saltate</b></li> <li>• Frutta</li> <li>• Pane</li> </ul>  |
| <b>II<br/>settimana</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Riso ai piselli con crema di lattuga</li> <li>• <b>Insalata verde</b></li> <li>• Frutta</li> <li>• Pane</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Insalata di farro con pomodoro</li> <li>• <b>Erbette saltate</b></li> <li>• Frutta</li> <li>• Pane</li> </ul>                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Finocchi e carote</b></li> <li>• Pizza alle verdure</li> <li>• Frutta</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta alla crema di basilico</li> <li>• <b>Verdure miste al forno</b></li> <li>• Galletta al cioccolato</li> <li>• Pane</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verdure ripiene di legumi</li> <li>• <b>Patate</b></li> <li>• Frutta</li> <li>• Pane</li> </ul>                   |
| <b>III<br/>settimana</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Riso alle zucchine</li> <li>• <b>Carote al vapore</b></li> <li>• Frutta</li> <li>• Pane</li> </ul>                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Passato alla ligure con crostini</li> <li>• <b>Insalata di pomodori e cannellini</b></li> <li>• Frutta</li> <li>• Pane</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Carote julienne</b></li> <li>• Pizza alle verdure</li> <li>• Frutta</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta al pomodoro fresco e basilico</li> <li>• <b>Insalata mista</b></li> <li>• Budino di riso/soia</li> <li>• Pane</li> </ul>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Polpettine di quinoa e legumi</li> <li>• <b>Biete all'olio</b></li> <li>• Frutta</li> <li>• Pane</li> </ul>       |
| <b>IV<br/>settimana</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Risotto al pomodoro e crema di basilico</li> <li>• <b>Lenticchie</b></li> <li>• Frutta</li> <li>• Pane</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta zucchine</li> <li>• Tofu saltato</li> <li>• <b>Carote all'olio</b></li> <li>• Frutta</li> <li>• Pane</li> </ul>             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Insalata verde</b></li> <li>• Pizza alle verdure</li> <li>• Frutta</li> </ul>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vellutata di carote</li> <li>• <b>Hummus con pinzimonio</b></li> <li>• Torta all'acqua</li> <li>• Pane</li> </ul>                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta agli aromi</li> <li>• <b>Pomodori in insalata</b></li> <li>• Macedonia di frutta</li> <li>• Pane</li> </ul> |

*In nessun piatto verrà aggiunto parmigiano reggiano bio.*

**IN BLU CONTORNI FREDDI**  
**IN ROSSO CONTORNI CALDI**

**NB:** nel primo giorno di rientro dopo un periodo di sospensioni delle lezioni, viene sempre servito il menù del lunedì (che non richiede preparazioni)