

	<i>Lunedì</i>	<i>Martedì</i>	<i>Mercoledì</i>	<i>Giovedì</i>	<i>Venerdì</i>
<i>I Settimana</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Risotto con piselli</li> <li>● <b>Fagiolini</b></li> <li>● Frutta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Crema di legumi</li> <li>● <b>Peperoni al forno</b></li> <li>● Frutta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Pasta s/g o riso al pomodoro e parmigiano</li> <li>● <b>Insalata verde</b></li> <li>● Frutta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Pasta s/g o riso al ragù</li> <li>● <b>Insalata di carote</b></li> <li>● Budino di riso o gallette di riso con marmellata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Caprese</li> <li>● <b>Patate al forno</b></li> <li>● Frutta</li> </ul>
<i>II settimana</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Risotto con zucchine e crescenza</li> <li>● <b>Ratatouille</b></li> <li>● Frutta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Pasta s/g o riso al pesto vegano</li> <li>● <b>Fagiolini</b></li> <li>● Frutta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Pasta s/g o riso al pomodoro e parmigiano</li> <li>● <b>Insalata di pomodori</b></li> <li>● Frutta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Insalata di pasta s/g o riso</li> <li>● <b>Carote vichy</b></li> <li>● Budino di riso o gallette di riso con marmellata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Frittata con zucchine</li> <li>● <b>Verdure grigliate</b></li> <li>● Frutta</li> </ul>
<i>III settimana</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Insalata di riso</li> <li>● <b>Peperoni in agro</b></li> <li>● Frutta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Passato alla ligure</li> <li>● <b>Insalata di ceci e pomodori</b></li> <li>● Frutta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Pasta s/g o riso al pomodoro e parmigiano</li> <li>● <b>Insalata mista</b></li> <li>● Frutta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Pasta s/g o riso al pomodoro</li> <li>● <b>Zucchine grigliate</b></li> <li>● Budino di riso o gallette di riso con marmellata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Riso con pollo e verdure</li> <li>● <b>Pomodori in insalata</b></li> <li>● Frutta</li> </ul>
<i>IV settimana</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Risotto Portofino</li> <li>● <b>Zucchine al forno</b></li> <li>● Frutta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Insalata di riso</li> <li>● <b>Insalata verde</b></li> <li>● Frutta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Pasta s/g o riso al pomodoro e parmigiano</li> <li>● <b>Pomodori e cetrioli in insalata</b></li> <li>● Frutta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Pasta s/g o riso al pesto vegano</li> <li>● <b>Fagioli all'uccelletto</b></li> <li>● Budino di riso o gallette di riso con marmellata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Farinata</li> <li>● <b>Insalata pantesca</b></li> <li>● Frutta</li> </ul>

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

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