l° e V° Settimana	7	II° Settimana	1	IIIº Cattimana		13/0 0-44			1	
Me	si 19/24 25/3		si 19/24   25/36	III° Settimana	i 19/24   25/36	IV° Settimana	1 40/04 0 00			
Pasta alle zucchine	Grammatura		Grammatura	IVICO		Pasta pomodoro e zucchine	i 19/24   25/30		19/24	
Frittata o uovo sodo	gr. gr.	Frittata o uovo sodo	gr. gr.	Frittata o uovo sodo			Grammatura	Colazione	Gran	
pasta	40 50		40 50	pasta	gr. gr.	Frittata o uovo sodo	gr. gr.		gr.	
lovo	1 1	pasta zucchine	30 30	uovo	40 50	pasta	40 50	latte ml 200		
olio extravergine	10 10	brodo vegetale	O.B. O.B.	olio extravergine	1 1	zucchine	30 30	fette biscottate	20	$\perp$
parmigiano	3 5	uovo	Q.B. Q.B.	parmigiano	10 10 3 5	brodo vegetale uovo	Q.B. Q.B.	Merenda		
rodo vegetale	Q.B. Q.B.	parmigiano	3 5	brodo vegetale	Q.B. Q.B.	parmigiano	1 1			1.
ucchine	60 80	olio extravergine	10 10	zucchine	60 80	olio extravergine	10 10	frutta fresca	60	
***		pomodoro	40 50		00 00	pomodoro	40 50			
Pasta al ragù e carote	Grammatura		Grammatura							1
asia ai ragu e carote	gr. gr.	Pasta al ragù e carote		Pasta al ragù e carote	Grammatura	Pasta al ragù e carote	Grammatura	Colazione		
asia	40 50	pasta	gr. gr. 40 50		gr. gr.		gr. gr.	tè ml 150		
omodoro	40 50	pomodoro	gr. gr. 40 50 40 50	pasta	40 50	pasta pomodoro	40 50	fette biscottate	20	
rodo vegetale	Q.B. O.B.	brodo vegetale	O.B. O.B.	pomodoro	40 50	pomodoro	40 50	miele	10	
arne macinata	40 50	carne macinata	Q.B. Q.B. 40 50	manzo tritato brodo vegetale	40 50	manzo tritato	40 50	limone	QB	1
armigiano	3 5	parmigiano	3 5	parmigiano	Q.B. Q.B.	brodo vegetale	Q.B. Q.B.	Merenda		T
irote	60 80	carote	60 80	olio extravergine	10 10	parmigiano olio extravergine	3 5		į.	
lo extravergine	10 10	olio extravergine	10 10	carote	60 80	carote	10 10 60 80		1	1
(1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1			- 15 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 -		00 80	Carole	80	frutta fresca	60	1
isotto con spinaci	Grammatura	Pasta con verdure	Grammatura	Risotto agli spinaci	Grammatura	Pasta con verdure	Grammatura	Colazione		+
etto di pollo		Petto di pollo		Petto di pollo		Burning Committee Committe		Colazione		
ista	40 50	pasta	20 30	riso	gr. gr.	Petto di pollo	gr. gr. 20 30		h 3	1
inaci itto di pollo	40 50 80 100	parmigiano	3 5	parmigiano	40 50 3 5	pästä parmigiano brodo vegetale	20 30	latte ml 200		
ito di pollo	40 50	brodo vegetale	d	brodo vegetale	O.B. O.B.	parmigiano	3 5	fette biscottate	20	
rmigiano odo vegetale	3 : 5	petto di pollo		petto di pollo	Q.B. Q.B. 40 50	petto di pollo	Q.B. Q.B. 40 50	Merenda		
ido vegetale	Q.B. Q.B.	verdure	70 90	spinaci	80 100	verdure	40 50 70 90			
io extravergine	10 10	olio extravergine	70 90 10 10	olio extravergine	10 10	olio extravergine		frutta fresca	60	1
iso con lenticchie carote patate e	Grammatura	Riso con lenticchie verdure passate	Grammatura							+
rmigiano		e parmigiano		Riso con lenticchie verdure passate e parmigiano	***************************************	Riso con lenticchie verdure passate	Grammatura	Colazione		-
0		•			0. 0.	e parmigiano	gr. gr.	Yogurt	125	
o tiechie	30 30 12 12	riso lenticchie	30 30	riso	30 30	riso	30 30	miele	10	
odo vegetale	Q.B. O.B.	brodo vegetale	12 12	lenticchie		lenticchie	12 12	ciambellone	25	-
rmigiano	10 10	parmigiano	Q.B. Q.B. 10 10	brodo vegetale		brodo vegetale	Q.B. Q.B.	Merenda		
ote o extravergine	********	carote		parmigiano carote		parmigiano	10 10			
extravergine	10 10	olio extravergine		olio extravergine	20 20 10 10	carote	20 20	frutta fresca	60	
ate		oatate		patate		olio extravergine patate	10 10 30 40		4	
sta con verdure		Pasta con pesto	Grammatura	Pasta con verdure		Pasta con pesto	Grammatura	Colazione		H
etto di merluzzo e patate		Filetto di merluzzo e patate	gr. gr.	Filetto di merluzzo e patate		Filetto di merluzzo e patate	gr. gr.	Yogurt	125	
dure	20 30	pasta	40 50	pasta	20 30	pasta	40 50	miele	10	1
migiano	70 90	Basilico		verdure	70 90	pasta Basilico	Q.B. Q.B.	ciambellone	25	
do vegetale		nerluzzo*		merluzzo*	50 60	merluzzo*	50 60		~~	1
ate		prodo vegetale patate		brodo vegetale		brodo vegetale	Q.B. Q.B.	Merenda		
luzzo*		oatate dio extravergine		patate		patate	40 50			
extravergine		armigiano	10 10	olio extravergine	10 10	olio extravergine	10 10 3 5			1

Pane: 10 gr al dì

\*Prodotto surgelato

Fonte: Linee Guida Comune di Roma

