

MENU' SETTIMANALE 19 - 36 MESI (invernale dal 1/11 al 31/3)



I° e V° Settimana				II° Settimana				III° Settimana				IV° Settimana							
Mesi 19/24 25/36				Mesi 19/24 25/36				Mesi 19/24 25/36				Mesi 19/24 25/36				Mesi 19/24 25/36			
L u n e d i	Risotto alla zucca			Grammatura	risotto con bieta			Grammatura	Risotto alla zucca			Grammatura	risotto con bieta			Colazione			Grammatura
	Frittata o uovo sodo			gr. gr.	frittata o uovo sodo			gr. gr.	Frittata o uovo sodo			gr. gr.	frittata o uovo sodo			latte ml 200			gr. gr.
	riso			40 50	riso			40 50	riso			40 50	riso			fette biscottate			20 20
	uovo			1 1	brodo vegetale			Q.B. Q.B.	uovo			1 1	brodo vegetale			Merenda			
	olio extravergine			10 10	parmigiano			3 5	olio extravergine			10 10	uovo			frutta fresca			60 80
	parmigiano			3 5	brodo vegetale			Q.B. Q.B.	parmigiano			3 5	parmigiano						
M a r t e d i	brodo vegetale			Q.B. Q.B.	bietina			80 100	brodo vegetale			Q.B. Q.B.	bietina						
	zucca			60 80	olio extravergine			10 10	zucca			60 80	olio extravergine						
	pasta al ragù e zucchine			Grammatura	Polenta al ragù e carote			Grammatura	pasta al ragù e zucchine			Grammatura	Polenta al ragù e carote			Colazione			
	pasta			gr. gr.	polenta			gr. gr.	pasta			gr. gr.	polenta			tè ml 150			
	manzo tritato			40 50	pomodoro			40 50	manzo tritato			40 50	pomodoro			fette biscottate			20 20
	brodo vegetale			Q.B. Q.B.	manzo tritato			40 50	brodo vegetale			Q.B. Q.B.	manzo tritato			miele			10 10
M a r t e d i	parmigiano			3 5	brodo vegetale			Q.B. Q.B.	parmigiano			3 5	brodo vegetale			Merenda			
	pane			10 10	carote			60 80	pane			10 10	carote			frutta fresca			60 80
	olio extravergine			10 10	parmigiano			3 5	olio extravergine			10 10	parmigiano						
	zucchine			60 80	olio extravergine			10 10	zucchine			60 80	olio extravergine						
	Petto di pollo e carote			gr. gr.	Petto di pollo			gr. gr.	Petto di pollo e carote			gr. gr.	Petto di pollo			latte ml 200			
	pasta			40 50	pasta			40 50	pasta			40 50	pasta			fette biscottate			20 20
M a r t e d i	pomodoro			40 40	zucchine			60 80	pomodoro			40 40	zucchine			Merenda			
	petto di pollo			40 50	parmigiano			3 5	petto di pollo			40 50	parmigiano			frutta fresca			60 80
	parmigiano			3 5	petto di pollo			40 50	parmigiano			3 5	petto di pollo						
	brodo vegetale			Q.B. Q.B.	brodo vegetale			Q.B. Q.B.	brodo vegetale			Q.B. Q.B.	brodo vegetale						
	carote			60 80	olio extravergine			10 10	carote			60 80	olio extravergine						
	olio extravergine			10 10	olio extravergine			10 10	olio extravergine			10 10	olio extravergine						
G i o v e d i	Risotto con lenticchiecarote patate e parm.			Grammatura	Risotto con lenticchiecarote patate e parm.			Grammatura	Risotto con lenticchiecarote patate e parm.			Grammatura	Risotto con lenticchiecarote patate e parm.			Colazione			
	riso			gr. gr.	riso			gr. gr.	riso			gr. gr.	riso			Yogurt			125 125
	lenticchie			12 12	lenticchie			12 12	lenticchie			12 12	lenticchie			miele			10 10
	olio extravergine			10 10	olio extravergine			10 10	olio extravergine			10 10	olio extravergine			Ciambellone			25 25
	brodo vegetale			Q.B. Q.B.	brodo vegetale			Q.B. Q.B.	brodo vegetale			Q.B. Q.B.	brodo vegetale			Merenda			
	parmigiano			10 10	parmigiano			10 10	parmigiano			10 10	parmigiano			frutta fresca			60 80
V e n e d i	carote			20 20	carote			20 20	carote			20 20	carote						
	patate			30 40	patate			30 40	patate			30 40	patate						
	Pasta con verdure			Grammatura	Pasta con verdure			Grammatura	Pasta con verdure			Grammatura	Pasta con verdure			Colazione			
	Filetto di merluzzo patate			gr. gr.	Filetto di merluzzo patate			gr. gr.	Filetto di merluzzo patate			gr. gr.	Filetto di merluzzo patate			succo arancia			100 100
	pasta			20 30	pasta			20 30	pasta			20 30	pasta			miele			10 10
	passato di verdure			70 90	passato di verdure			70 90	passato di verdure			70 90	passato di verdure			Ciambellone			25 25
V e n e d i	parmigiano			3 5	parmigiano			3 5	parmigiano			3 5	parmigiano			Merenda			
	brodo vegetale			Q.B. Q.B.	brodo vegetale			Q.B. Q.B.	brodo vegetale			Q.B. Q.B.	brodo vegetale			frutta fresca			60 80
	patate			40 50	patate			40 50	patate			40 50	patate						
	merluzzo*			50 60	merluzzo*			50 60	merluzzo*			50 60	merluzzo*						
	olio extravergine			10 10	olio extravergine			10 10	olio extravergine			10 10	olio extravergine						
	olio extravergine			10 10	olio extravergine			10 10	olio extravergine			10 10	olio extravergine						

Pane 10 gr al dì

*Prodotto surgelato

Fonte: Linee Guida Comune di Roma

[Handwritten signature and stamp]
 104 di Frosinone n. 5204
 104 345/2187516