

TABELLA DIETETICA

PRANZO	CENA
LUNEDI' Riso al pomodoro Spezzatino di carne bianca con piselli Panini	LUNEDI' Pasta alla boscaiola Tonno e pomodori Panini
MARTEDI' Pasta al forno Cotoletta di pollo Panini	MARTEDI' Pasta e lenticchie Formaggio e uova sode Panini
MERCOLEDI' Risotto agli spinaci Bastoncini di pesce al forno Panini	MERCOLEDI' Pasta e ceci Cotoletta di pollo Panini
GIOVEDI' Pasta al pomodoro Pollo arrosto Panini	GIOVEDI' Riso e patate Polpettine al sugo Panini
VENERDI' Tagliatelle al ragù Hamburger di manzo al forno panini	VENERDI' Pasta e fagioli Frittata al forno con verdura Panini
SABATO Pasta e lenticchie Pollo al forno Panini	SABATO Pasta e minestrone Cotoletta di merluzzo Panini
DOMENICA Pasta al tonno Cotoletta di tacchino Panini	DOMENICA Pasta al forno Formaggio Panini

N.B.: La colazione per ciascun giorno della settimana prevede: latte parzialmente scremato 200 ml, 1 panino, 1 marmellata in confezione monouso, 1 merendina.

Il Pranzo e la cena devono prevedere 1 frutto fresco gr.200 1 contorno (Verdure crude o cotte, patatine, pomodori, ecc.) ½ litro di acqua minerale non gassata, 2 panini.