

MENU' INVERNALE

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1° SETTIMANA	Pasta pomodoro e ricotta Uova strapazzate Carote e finocchi in pinzimonio Frutta di stagione	Passato di verdura con pasta Petto di pollo al forno Patate lesse Frutta di stagione	Risotto alla milanese Prosciutto cotto Carote baby al vapore Dolce	Pasta all'olio Spezzatino di manzo Piselli Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Filetto di pesce* agli aromi Ceci lessi Frutta di stagione
2° SETTIMANA	Pasta ai broccoli Scaglie di grana Finocchi stufati Frutta di stagione	Tortellini in brodo di carne Platessa impanata Carote julienne Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Tacchino arrosto Spinaci all'olio Frutta di stagione	Passato di legumi con pasta Fettina di manzo alla pizzaiola Purè Frutta di stagione	Riso con piselli Frittata al formaggio Carote lesse Frutta di stagione
3° SETTIMANA	Chicche al pomodoro Hamburger di manzo al pomodoro Spinaci saltati Frutta di stagione	Riso all'olio Uova al pomodoro Ceci lessi Frutta di stagione	Passato di legumi con pasta Petto di pollo al forno Patate lesse Yogurt	Lasagne al pomodoro Prosciutto cotto Broccoletti Frutta di stagione	Pasta ai 4 formaggi Merluzzo gratinato Finocchi lessi Frutta di stagione
4° SETTIMANA	Passato di verdura/legumi con riso Arista al forno Purè Frutta di stagione	Pasta al ragù Stracchino Carote lesse Frutta di stagione	Pasta all'olio Frittata al forno Finocchi crudi Frutta di stagione	Riso alla zucca/zucchine^ Tacchino arrosto Piselli Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Filetto di palombo al forno Cavolfiore gratinato Frutta di stagione

Stagionalità della frutta

Annuale: banane e mele

Gennaio/febbraio: arance, clementini, kiwi, mandarini, pere

Marzo: arance, kiwi, mandarini, pere

Aprile: arance, kiwi, pere

Maggio: albicocche, arance, kiwi

Giugno/luglio/agosto: albicocche, nettarine, pesche, susine

Settembre: nettarine, pere, pesche, susine, uva

Ottobre: kiwi, mapo, pere, uva

Novembre: arance, clementini, kiwi, mandarini, pere

Dicembre: arance, clementini, kiwi, mandarini, pere

* merluzzo, nasello, palombo, platessa

^ alle zucchine se la zucca non è disponibile



COOPERATIVA ITALIANA DI RISTORAZIONE

DIVISIONE



www.cir-food.it/eudania