

1

# menù

autunno - inverno

## PRANZO

## MERENDE

lunedì

Crema di riso o mais e tapioca  
con brodo vegetale,  
pesce e spinaci



frutta fresca  
di stagione



yogurt bianco  
con frutta



martedì

Crema di riso o mais e tapioca  
con brodo vegetale,  
manzo/vitello e verza



frutta fresca  
di stagione



banana frullata



mercoledì

Pastina con brodo vegetale,  
formaggio fresco  
broccoli



frutta fresca  
di stagione



pera frullata



giovedì

Crema di riso  
con verdure miste,  
pesce e patate bollite



frutta fresca  
di stagione



yogurt bianco



venerdì

Crema di riso o mais e tapioca  
con brodo vegetale,  
legumi decorticati e cavolfiore



frutta fresca  
di stagione



mela frullata



Carboidrati



Proteine



Verdura di stagione



Frutta di stagione



Merenda

Il menù può subire variazioni

2

# menù

autunno - inverno

## PRANZO

## MERENDE

lunedì

Pastina con brodo vegetale,  
pesce e carote



frutta fresca  
di stagione



yogurt bianco



martedì

Crema di riso o mais e tapioca  
con brodo vegetale,  
formaggio e broccoli



frutta fresca  
di stagione



pera frullata



mercoledì

Pastina con brodo vegetale  
carne bianca e spinaci



frutta fresca  
di stagione



banana frullata



giovedì

Crema di riso  
con brodo vegetale,  
prosciutto e carote



frutta fresca  
di stagione



yogurt bianco



venerdì

Crema di riso o mais e tapioca  
con brodo vegetale,  
manzo/vitello e costine



frutta fresca  
di stagione



spremuta di arancia



Carboidrati



Proteine



Verdura di stagione



Frutta di stagione



Merenda

Il menù può subire variazioni

3

# menù

autunno - inverno

## PRANZO

## MERENDE

lunedì

Pastina con brodo vegetale,  
carne bianca e zucca



frutta fresca  
di stagione



pera frullata



martedì

Crema di riso o mais e tapioca  
con brodo vegetale,  
ricotta e spinaci



frutta fresca  
di stagione



banana frullata



mercoledì

Pastina con brodo vegetale,  
pesce e carote



frutta fresca  
di stagione



yogurt bianco



giovedì

Crema di riso  
con brodo vegetale,  
lenticchie decorticate  
e broccoli



frutta fresca  
di stagione



spremuta di arancia



venerdì

Crema di riso o mais e tapioca  
con brodo vegetale,  
carne bianca e bietoline



frutta fresca  
di stagione



mela frullata



Carboidrati



Proteine



Verdura di stagione



Frutta di stagione



Merenda

4

# menù

autunno - inverno

## PRANZO

## MERENDE

lunedì

Pastina con brodo vegetale,  
pesce e carote



frutta fresca  
di stagione



banana frullata



martedì

Crema di riso o mais e tapioca  
con brodo vegetale,  
manzo/vitello e verza



frutta fresca  
di stagione



yogurt bianco



mercoledì

Pastina con brodo vegetale e  
carne bianca e costine



frutta fresca  
di stagione



pera frullata



giovedì

Crema di mais e tapioca  
con brodo vegetale,  
formaggio e spinaci



frutta fresca  
di stagione



spremuta d'arancia



venerdì

Pastina con brodo vegetale,  
pesce e patate



frutta fresca  
di stagione



yogurt bianco  
con frutta



Carboidrati



Proteine



Verdura di stagione



Frutta di stagione



Merenda

Il menù può subire variazioni

5

# menù

autunno - inverno

## PRANZO

## MERENDE

lunedì

Crema di riso o mais e tapioca  
con brodo vegetale,  
manzo/vitello e cavolfiore



frutta fresca  
di stagione



yogurt bianco



martedì

Pastina con brodo vegetale,  
carne bianca e zucca



frutta fresca  
di stagione



banana frullata



mercoledì

Crema di riso  
con brodo vegetale,  
pesce e spinaci



frutta fresca  
di stagione



spremuta d'arancia



giovedì

Crema di riso o mais e tapioca  
con brodo vegetale,  
lenticchie decorticate  
e carote



frutta fresca  
di stagione



pera frullata



venerdì

Pastina con brodo vegetale,  
formaggio e broccoli



frutta fresca  
di stagione



mela frullata



Carboidrati



Proteine



Verdura di stagione



Frutta di stagione



Merenda

Il menù può subire variazioni

6

# menù

autunno - inverno

## PRANZO

## MERENDE

lunedì

Crema di riso o mais e tapioca  
con brodo vegetale,  
pesce e broccoli



frutta fresca  
di stagione



spremuta d'arancia



martedì

Pastina con brodo vegetale,  
lenticchie decorticate  
e zucca



frutta fresca  
di stagione



mela frullata



mercoledì

Crema di riso  
con brodo vegetale, carne  
bianca e carote



frutta fresca  
di stagione



banana frullata



giovedì

Crema di riso o mais e tapioca  
con pesce e spinaci



frutta fresca  
di stagione



yogurt bianco



venerdì

Pastina con brodo vegetale,  
formaggio e bietoline



frutta fresca  
di stagione



pera frullata



Carboidrati



Proteine



Verdura di stagione



Frutta di stagione



Merenda

Il menù può subire variazioni