MENÙ AUTUNNO 2026-2027



DAL 26/10/26 AL 08/01/27

DIETA VEGANA-PRIVA DI CARNE-PESCE-LATTE-UOVO

città di CERNUSCO SUL NAVIGLIO

	I Settimana	II Settimana	III Settimana	IV Settimana
Lunedì	Risotto con le zucchine Tofu Fagiolini Merenda pomeridiana: Torta senza latte e uovo e zucchero	Risotto allo zafferano Tofu Erbette* Merenda pomeridiana: Torta senza latte e uovo e zucchero	Riso all'olio evo Tofu Fagiolini* Merenda pomeridiana: Torta senza latte e uovo e zucchero	Risotto allo zafferano Tofu Fagiolini* Merenda pomeridiana: Torta senza latte e uovo e zucchero
Martedì	Crema di verdure fresche con pastina Piselli* Erbette Merenda pomeridiana: Yogurt di soia bianco senza zucchero con possibilità di aggiungere frutta frullata	Pasta al pomodoro Piselli* Carote Merenda pomeridiana: Yogurt di soia bianco senza zucchero con possibilità di aggiungere frutta frullata	Crema di borlotti con pasta Finocchi da sgranocchiare Merenda pomeridiana: Yogurt di soia bianco senza zucchero con possibilità di aggiungere frutta frullata	Pasta con sugo di pomodoro Lenticchie in umido Erbette* Merenda pomeridiana: Yogurt di soia bianco senza zucchero con possibilità di aggiungere frutta frullata
Mercoledì	Riso all'olio Polpettine di ceci senza latte e uovo Finocchi Merenda pomeridiana: Mousse di frutta senza zucchero	Minestrina di ortaggi con farro Fagioli Fagiolini* Merenda pomeridiana: Mousse di frutta senza zucchero	Polenta Piselli*al pomodoro Carote al forno Merenda pomeridiana: Mousse di frutta senza zucchero	Pasta alla crema di cavolfiori Ceci Zucchine Merenda pomeridiana: Mousse di frutta senza zucchero
Giovedì	Passato di ortaggi con orzo Fagioli Lattuga Merenda pomeridiana: Banana	Pasta al pesto Ceci Zucchine Merenda pomeridiana: Banana	Orzotto alle verdure Fagioli Lattuga Merenda pomeridiana: Banana	Minestrone di verdure con orzo Fagioli Carote da sgranocchiare Merenda pomeridiana: Banana
Venerdì	Pasta al pesto di broccoli Lenticchie Carote Merenda pomeridiana: Crackers non salati in superficie	Pasta con crema di zucca Tortino di lenticchie senza latte e uovo Lattuga Merenda pomeridiana: Crackers non salati in superficie	Couscous Ceci Zucchine Crackers non salati in superficie	Pasta al pomodoro Piselli* Finocchi Merenda pomeridiana: Crackers non salati in superficie

*Alimento surgelato

N.B. *Come da richiesta di dieta vegana, non verranno mai introdotti latte, uovo, carne, pesce,* ***molluschi, crostacei, miele e tutti i loro derivati o sottoprodotti.***

.Si raccomanda la necessità di bilanciamento dei macro e micronutrienti da garantire nei pasti casalinghi.

