

DIETA ETICO-RELIGIOSA: NO CARNE, NO PESCE.

	1° SETTIMANA	2° SETTIMANA	3° SETTIMANA	4° SETTIMANA
LUNEDÌ	Riso agli aromi Formaggio Broccoli Frutta fresca di stagione Pane	Raviolini di magro agli aromi Mozzarella Cavolfiori all'olio Frutta fresca di stagione Pane	Pasta agli aromi Formaggio Insalata Frutta fresca di stagione Pane	Pasta al pesto Frittata al forno Zucchine con salsa al pomodoro e menta Frutta fresca di stagione Pane
MARTEDÌ	Pasta integrale al pomodoro Frittata al forno Zucchine all'olio Frutta fresca di stagione Pane	Pasta integrale al pesto Legumi al pomodoro Insalata mista Frutta fresca di stagione Pane	Risotto alla parmigiana Frittata al forno Cavolfiori all'olio Frutta fresca di stagione Pane	Gnocchi al pomodoro Legumi in umido Insalata mista Frutta fresca di stagione Pane
MERCOLEDÌ	Riso e prezzemolo Insalata calda di ceci e patate Carote julienne Frutta fresca di stagione Pane integrale	Polenta Formaggio Erbette Frutta fresca di stagione Pane integrale	Passato di legumi misti con orzo/farro Formaggio Carote julienne Frutta fresca di stagione Pane integrale	Pasta all'olio e Parmigiano Reggiano DOP Formaggio Fagiolini all'olio Frutta fresca di stagione Pane integrale
GIOVEDÌ	Insalata Pizza margherita Frutta fresca di stagione Pane	Pasta all'olio e Parmigiano Reggiano DOP Legumi agli aromi Fagiolini all'olio Frutta fresca di stagione Pane	Lasagne alla crema di pomodoro e formaggio Erbette all'olio Frutta fresca di stagione Pane	Polenta Lenticchie stufate Carote julienne Frutta fresca di stagione Pane
VENERDÌ	Pasta con crema di verdure Legumi in umido Erbette Frutta fresca di stagione Pane integrale	Burger di fagioli cannellini ed erbette Patate al forno al rosmarino Frutta fresca di stagione Pane integrale	Pasta al pomodoro Insalata di legumi con patate e olive Fagiolini Frutta fresca di stagione Pane integrale	Risotto alla parmigiana Mozzarella Purea di zucca al rosmarino Frutta fresca di stagione Pane integrale

Il pane servito è a ridotto contenuto di sale (contenuto non superiore all'1,7% riferito al peso della farina).

Per le preparazioni e i condimenti vengono usati olio extravergine d'oliva e sale iodato.