

DIETA VEGANA dal 13/11/23 al 22/12/23

| TIPO DIETA | GG | SETTIMANA | PASTA / RISO / ALTRI CEREALI | SUGO / PASSATO / BRODO | SECONDO | CONTORNO | PANE | FRUTTA | PARMI GIANO | DOLCI / VARIE |
|------------------------------|-----|-----------|----------------------------------|--|--|--|-------------------|----------------|-------------|---------------|
| NO CARNE, PESCE, UOVA, LATTE | LUN | 13/11 | FARFALLE | SUGO BIANCO DI LENTICCHIE E ZUCCA | CROCCHETTE DI LEGUMI E VERDURE | VERDURE CRUDE DA MENU | PANE DA MENU | FRUTTA DA MENU | NO | |
| NO CARNE, PESCE, UOVA, LATTE | MAR | 14/11 | RISOTTO | SALSA SPINACI NO LATTE E DE. | SFORMATO DI SOLI LEGUMI | VERDURE GRATINATE DA MENU | PANE DA MENU | FRUTTA DA MENU | NO | |
| NO CARNE, PESCE, UOVA, LATTE | MER | 15/11 | FARRO | PASSATO DI VERDURE | INSALATA FREDDA DI LEGUMI MISTI | SPINACI COTTI DA MENU | FORNARINA DA MENU | FRUTTA DA MENU | NO | |
| NO CARNE, PESCE, UOVA, LATTE | GIO | 16/11 | PENNETTE | POMODORO | BURGER DI SOLI LEGUMI | VERDURE IN INSALATA CON FR.SECCA DA MENU | PANE DA MENU | FRUTTA DA MENU | NO | |
| NO CARNE, PESCE, UOVA, LATTE | VEN | 17/11 | PASTINA | BRODO VEGETALE | LEGUMI MISTI IN UMIDO | VERDURE CRUDE DA MENU | POLENTA DA MENU | FRUTTA DA MENU | NO | |
| NO CARNE, PESCE, UOVA, LATTE | LUN | 20/11 | FUSILLI | POMODORO | CROCCHETTE DI SOLI LEGUMI | VERDURE CRUDE DA MENU | PANE DA MENU | FRUTTA DA MENU | NO | |
| NO CARNE, PESCE, UOVA, LATTE | MAR | 21/11 | MALTAGLIATI NO UOVO, LATTE E DE. | MINESTRA DI CECI | POLPETTINE DI SOLI LEGUMI | VERDURE CRUDE DA MENU | PANE DA MENU | FRUTTA DA MENU | NO | |
| NO CARNE, PESCE, UOVA, LATTE | MER | 22/11 | RISOTTO | SALSA ZAFFERANO NO LATTE E DE. | INSALATA FREDDA DI LEGUMI MISTI | BIETOLE COTTE DA MENU | PANE DA MENU | FRUTTA DA MENU | NO | |
| NO CARNE, PESCE, UOVA, LATTE | GIO | 23/11 | SPAGHETTI | CON VERDURE | BURGER DI SOLI LEGUMI | VERDURE IN INSALATA CON FR.SECCA DA MENU | PANE DA MENU | FRUTTA DA MENU | NO | |
| NO CARNE, PESCE, UOVA, LATTE | VEN | 24/11 | PASTINA | BRODO VEGETALE | LEGUMI MISTI IN UMIDO + PATATE E ZUCCA GRATINATE DA MENU | VERDURE CRUDE DA MENU | PANE DA MENU | FRUTTA DA MENU | NO | |
| NO CARNE, PESCE, UOVA, LATTE | LUN | 27/11 | ORZO/ RISO/ COUS-COUS | PASSATO DI LEGUMI | PIZZA ROSSA NO MOZZARELLA | VERDURE IN INSALATA CON FR.SECCA DA MENU | PANE DA MENU | FRUTTA DA MENU | NO | |
| NO CARNE, PESCE, UOVA, LATTE | MAR | 28/11 | RISOTTO | SALSA ZAFFERANO NO LATTE E DE. | SFORMATO DI SOLI LEGUMI E VERDURE | VERDURE CRUDE DA MENU | PANE DA MENU | FRUTTA DA MENU | NO | |
| NO CARNE, PESCE, UOVA, LATTE | MER | 29/11 | PENNETTE | OLIO E ORIGANO | LEGUMI MISTI IN UMIDO | VERDURE CRUDE DA MENU | PANE DA MENU | FRUTTA DA MENU | NO | |
| NO CARNE, PESCE, UOVA, LATTE | GIO | 30/11 | GNOCCHI NO UOVO | POMODORO | INSALATA FREDDA DI LEGUMI MISTI | VERDURE CRUDE CON LEGUMI DA MENU | PANE DA MENU | FRUTTA DA MENU | NO | |
| NO CARNE, PESCE, UOVA, LATTE | VEN | 1/12 | RISOTTO | SALSA ZUCCA | POLPETTINE DI SOLI LEGUMI AL POMODORO | ZUCCHINE LESSATE DA MENU | PANE DA MENU | FRUTTA DA MENU | NO | |
| NO CARNE, PESCE, UOVA, LATTE | LUN | 4/12 | TAGLIATELLE NO UOVO | SUGO ROSSO DI LEGUMI | VERDURE GRATINATE/ TRIFOLATE DA MENU | VERDURE CRUDE DA MENU | PANE DA MENU | FRUTTA DA MENU | NO | |
| NO CARNE, PESCE, UOVA, LATTE | MAR | 5/12 | FUSILLI | POMODORO | CROCCHETTE DI SOLI LEGUMI | VERDURE CRUDE DA MENU | PANE DA MENU | FRUTTA DA MENU | NO | |
| NO CARNE, PESCE, UOVA, LATTE | MER | 6/12 | PASTINA | BRODO VEGETALE | SFORMATO DI SOLI LEGUMI E VERDURE | CAROTE CRUDE CON HUMMUS DI CECI DA MENU | PANE DA MENU | FRUTTA DA MENU | NO | |
| NO CARNE, PESCE, UOVA, LATTE | GIO | 7/12 | GNOCCHETTI SARDI | PESTO DI VERDURA E FR.SECCA NO LATTE E DE. | LEGUMI MISTI IN UMIDO | VERDURE COTTE DA MENU | PANE DA MENU | FRUTTA DA MENU | NO | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------|-----|-------|--|--|--|--|--|--|--|--|--------------|--|----------------|--|----|--------------|
| NO CARNE, PESCE, UOVA, LATTE | LUN | 11/12 | SPAGHETTI | | POMODORO E BASILICO | | CROCCHETTE DI SOLI LEGUMI | | VERDURE IN INSALATA CON FR.SECCA DA MENU | | PANE DA MENU | | FRUTTA DA MENU | | NO | |
| NO CARNE, PESCE, UOVA, LATTE | MAR | 12/12 | PASTINA | | BRODO VEGETALE | | LEGUMI MISTI IN UMIDO + PATATE GRATINATE DA MENU | | VERDURE CRUDE DA MENU | | PANE DA MENU | | FRUTTA DA MENU | | NO | |
| NO CARNE, PESCE, UOVA, LATTE | MER | 13/12 | GOBBETTI | | SUGO BIANCO DI VERDURE | | SFORMATO DI SOLI LEGUMI E VERDURE | | VERDURE GRATINATE DA MENU | | PANE DA MENU | | FRUTTA DA MENU | | NO | |
| NO CARNE, PESCE, UOVA, LATTE | GIO | 14/12 | RISOTTO | | CON ZUCCA E BORLOTTI / CON PISELLI | | INSALATA FREDDA DI LEGUMI MISTI | | VERDURE CRUDE DA MENU | | PANE DA MENU | | FRUTTA DA MENU | | NO | |
| NO CARNE, PESCE, UOVA, LATTE | VEN | 15/12 | SEDANINI | | OLIO E ORIGANO | | POLPETTINE DI SOLI LEGUMI AL POMODORO | | VERDURE CRUDE DA MENU | | PANE DA MENU | | FRUTTA DA MENU | | NO | |
| NO CARNE, PESCE, UOVA, LATTE | LUN | 18/12 | PASTINA | | PASSATO DI VERDURE | | SFORMATO DI SOLI LEGUMI E VERDURE | | VERDURE CRUDE DA MENU | | PANE DA MENU | | FRUTTA DA MENU | | NO | |
| NO CARNE, PESCE, UOVA, LATTE | MAR | 19/12 | PENNETTE | | PESTO DI VERDURA E FR.SECCA NO LATTE E DE. | | INSALATA FREDDA DI LEGUMI MISTI | | FAGIOLINI LESSATI DA MENU | | PANE DA MENU | | FRUTTA DA MENU | | NO | |
| NO CARNE, PESCE, UOVA, LATTE | MER | 20/12 | MALTAGLIATI NO UOVO, LATTE E DE. | | MINISTRA DI CECI | | LEGUMI MISTI IN UMIDO | | VERDURE CRUDE DA MENU | | PANE DA MENU | | FRUTTA DA MENU | | NO | |
| NO CARNE, PESCE, UOVA, LATTE | GIO | 21/12 | LASAGNA NO UOVO CON SUGO DI LEGUMI E BESCIAPELLA DI RISO | | | | PURE' CON LATTE DI RISO | | VERDURE CRUDE DA MENU | | PANE DA MENU | | FRUTTA DA MENU | | NO | DOLCE VEGANO |
| NO CARNE, PESCE, UOVA, LATTE | VEN | 22/12 | SPAGHETTI | | SUGO ROSSO CON VERDURE | | POLPETTINE DI LEGUMI AL POMODORO | | VERDURE CRUDE DA MENU | | PANE DA MENU | | FRUTTA DA MENU | | NO | |