



Settimane del

14/4 – 19/5 – 23/6

21/4 – 26/5 – 30/6

28/4 – 2/6 – 7/7

5/5 – 9/6 – 14/7

7/4 – 12/5 – 16/6 – 21/7

Lunedì

Pasta al pomodoro
Legumi
Fagiolini all'olio

Cracker e succo di frutta

1

Pasta alle verdure
Legumi
Insalata verde

Succo di frutta e biscotti

Pasta al pomodoro
Legumi
Insalata verde

Yogurt di soia

Pasta zucchine e porri
Legumi
Fagiolini all'olio

Yogurt di soia

Riso allo zafferano
Legumi
Insalata

Yogurt di soia

Martedì

Crema di legumi con riso
24/6: Pasta asciutta con legumi
Burger vegetale
Insalata verde

Frutta fresca

Riso all'olio
Burger di lenticchie
Finocchi all'olio

Frutta fresca

2

Riso in crema di erbe
Legumi
Insalata mista

Frutta fresca

Pasta pomodoro e basilico
Piadina vegana
Pomodori

Succo di frutta e biscotti

Pasta al pomodoro
Farinata di ceci
Insalata mista

Pizza rossa

Mercoledì

Riso agli asparagi
Legumi
Carote julienne

Yogurt di soia

Pasta alle zucchine
Farinata di ceci
Patate

Schiacciata all'olio EVO

Pasta all'olio
Burger di fagioli
Zucchine trifolate

Crostatina vegana

3

Riso all'olio
Burger di legumi
Carote julienne

Frutta fresca

Cous cous
Piselli al pomodoro
Patate

Frutta fresca

Giovedì

Pasta all'olio
Legumi
Spinaci all'olio

Pane e marmellata

Pizza rossa
Legumi
Insalata mista

Yogurt di soia

Pasta al pomodoro
Legumi
Carote julienne

Pizza rossa

Pasta al pesto delicato
Legumi
Insalata verde

Grissoni e succo di frutta

4

Pasta all'olio
Legumi
Carote julienne

Crostatina vegana

Venerdì

Pasta al pesto
Farinata di ceci
Pomodori

Frutta fresca

Pasta int pomodoro e basilico
Legumi
Pomodori

Frutta fresca

Crema di lenticchie con riso
6/6-11/7: Pasta con lenticchie
Burger vegetale
Pomodori

Frutta fresca

Crema di ceci con riso
13/6-18/7: Pasta e ceci
Burger vegetale
Patate all'olio

Frutta fresca

Pasta int al pomodoro
Burger di ceci e zucchine
Pomodori

Frutta fresca

5