

MENU' AUTUNNO/INVERNO

1^a SETTIMANA
LUNEDI'

PASTA AL SUGO		MA	EL	ME	CUORI DI MERLUZZO	MA	EL	ME	ICAROTE IN INSALATA	MA	EL	ME
Pasta di semola	g	30	50	60	Cuori di merluzzo gelo	g	80	80	Carote	g	100	120
Polpa di pomodoro	g	10	10	10					Carote	g	10	150
Cipolla	g	20	30	30					Burro	g	5	5
Sedano	g	3	3	3					Prezemolo	g	5	5
Olio extravergine di oliva	g	2	2	2					Sale fino	g	0.1	0.1
Sale fino	g	0.1	0.1	0.1								

MARTEDI'

PASTA CON FAGIOLI		MA	EL	ME	COTOLETTA DI POLLO	MA	EL	ME	FAGIOLINI	MA	EL	ME
Pasta	g	50	60	70	Cotoletta di pollo	g	100	100	Fagiolini gelo	g	100	120
Fagioli	g	30	40	50	Olio extravergine di oliva	g	10	10	Olio extravergine di oliva	g	5	5
Polpa di pomodoro	g	10	10	10					Sale fino	g	0.1	0.1
Basilico	g	2	2	2								
aglio	g	3	3	3								
Olio extravergine di oliva	g	5	5	5								
Sale fino	g	0.1	0.1	0.1								

MERCOLEDI'

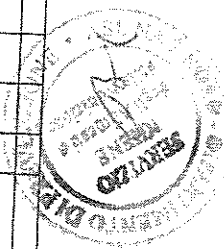
RISO AL POMODORO		MA	EL	ME	FORMAGGIO QUICK	MA	EL	ME	BIETE IN UMIDO	MA	EL	ME
RISO	g	60	70	80	Formaggio Quick	g	50	50	Biete gelo	g	120	140
Polpa di pomodoro	g	40	40	50					Olio extravergine di oliva	g	5	5
Cipolla	g	3	3	3					Sale fino	g	0.1	0.1
Basilico	g	2	2	2								
Grana Parmigiano reggiano	g	5	5	5								
Olio extravergine di oliva	g	5	5	5								
Sale fino	g	0.1	0.1	0.1								

GIOVEDI'

PASTA E ZUCCA		MA	EL	ME	ARISTA DI MAIALE AL FORNO	MA	EL	ME	PATATE AL FORNO	MA	EL	ME
Pasta di Semola	g	80	80	120	Arista	g	80	100	Patate a spicchi	g	100	120
zucca gelo	g	40	50	60	Farina	g	10	10	Olio extravergine di oliva	g	5	5
Olio extravergine di oliva	g	2	2	2	Olio extravergine di oliva	g	5	5	Sale fino	g	0.1	0.1
Sale fino	g	0.1	0.1	0.1	Sale fino	g	0.1	0.1				
Grana Parmigiano reggiano	g	5	5	5								

VENERDI'

PASTA CON PATATE		MA	EL	ME	PROSCIUTTO COTTO	MA	EL	ME	SPINACI ALL'OLIO	MA	EL	ME
Pasta	g	40	50	60	Prosciutto cotto in busta	g	50	60	Spinaci gelo	g	100	120
Patate a cubetti	g	30	40	50					Olio extravergine di oliva	g	5	5
Passata di pomodoro	g	10	10	10					Sale fino	g	0.1	0.1
Cipolla	g	3	3	3								
Prezemolo	g	2	2	2								
Olio extravergine di oliva	g	5	5	5								
Sale fino	g	0.1	0.1	0.1								



NO VEDI PRESSIONI CROMI ALL STATE

II^a SETTIMANA

LUNEDI'

PASTA AL POMODORO
BASTONCINI DI MERLUZZO

	MA	EL	ME	MA	EL	ME	MA	EL	ME	MA	EL	ME
Pasta	g 60	70	80									
Pomodori pelati	g 40	40	50	g 75	100	125				g 120	140	150
Basilico	g 2	4	4							g 5	5	5
Cipolla	g 3	6	6							g 0.1	0.1	0.1
Olio extravergine di oliva	g 5	5	5									
Sale fino	g 0.1	0.1	0.1									

MARTEDI'

RISO CON VERDURE
MISTE
COTOLETTA DI POLLO

	MA	EL	ME	MA	EL	ME	MA	EL	ME	MA	EL	ME
Riso	g 50	60	70	g 100	100	100				g 100	120	120
Carote gelo	g 10	20	30	g 10	10	10				g 5	5	5
Patate a cubetti	g 10	20	30							g 0.1	0.1	0.1
Spinaci gelo	g 10	20	30							g 5	5	5
Pomodori pelati	g 10	20	30							g 0.1	0.1	0.1
Basilico	g 2	2	2							g 5	5	5
Cipolla	g 3	3	3							g 0.1	0.1	0.1
Olio extravergine di oliva	g 5	5	5									
Sale fino	g 0.1	0.1	0.1									

MERCOLEDI'

PASTA CON ZUCCA
FORMAGGIO FILATO

	MA	EL	ME	MA	EL	ME	MA	EL	ME	MA	EL	ME
Pasta	g 40	50	60	g 60	70	80				g 120	140	150
Zucca gelo	g 30	40	50							g 5	5	5
Passato di pomodoro	g 10	10	10							g 0.1	0.1	0.1
Cipolla	g 3	6	9									
Prezzemolo	g 2	4	6									
Olio extravergine di oliva	g 5	5	5									
Sale fino	g 0.1	0.1	0.1									

GIOVEDI'

PASTA CON ZUCCHINE
HAMBURGER AL POMODORO

	MA	EL	ME	MA	EL	ME	MA	EL	ME	MA	EL	ME
Pasta	g 40	50	60	g 100	120	120				g 100	120	120
Zucchine gelo	g 30	40	50	g 40	40	40				g 5	5	5
Cipolla	g 3	6	9	g 3	3	3				g 0.1	0.1	0.1
Olio extravergine di oliva	g 5	5	5	g 5	5	5						
Sale fino	g 0.1	0.1	0.1	g 0.1	0.1	0.1						

VENERDI'

PASTA CON LENTICCHIE
CUORI DI MERLUZZO

	MA	EL	ME	MA	EL	ME	MA	EL	ME	MA	EL	ME
Pasta	g 30	40	50	g 80	80	80				g 100	120	150
Lenticchie	g 30	40	50							g 10	10	10
Pomodori pelati	g 20	20	20							g 5	5	5
Basilico	g 2	4	6							g 0.1	0.1	0.1
Cipolla	g 3	6	9									
Olio extravergine di oliva	g 5	5	5									
Sale fino	g 0.1	0.1	0.1									



13. 0205 113300000000 113300000000

III^a SETTIMANA

LUNEDÌ

PASTA CON ZUCCA

	MA	EL	ME	FORMAGGIO SPALMABILE	MA	EL	ME	BIETE IN UMIDO	MA	EL	ME	MA	EL	ME	
Pasta	g	40	50	60	Quick			Biete gelo	g	50	100	g	120	140	150
Zucca gelo	g	30	40	50				Olio extravergine di oliva	g			g	5	5	5
Passato di pomodoro	g	10	10	10				Sale fino	g			g	0.1	0.1	0.1
Cipolla	g	3	6	9											
Prezzenolo	g	2	4	6											
Olio extravergine di oliva	g	5	5	5											
Sale fino	g	0.1	0.1	0.1											

MARTEDÌ

RISOTTO AL POMODORO

	MA	EL	ME	SALSICCIA POLLO E TACCHINO	MA	EL	ME	SPINACI ALL'OLIO	MA	EL	ME	MA	EL	ME	
Riso	g	50	60	70	SALSICCIA POLLO E TACCHINO	g	70	90	Spinaci gelo	g	100	g	100	120	140
Polpa di pomodoro	g	20	20	20	Olio extravergine di oliva	g	5	5	Olio extravergine di oliva	g	0.1	0.1	g	5	5
sedano	g	10	10	10	Sale fino	g	0.1	0.1	Sale fino	g	0.1	0.1	g	0.1	0.1
Grana Parmigiano reggiano	g	40	40	40											
Cipolla	g	40	50	60											
Olio extravergine di oliva	g	5	5	5											
Sale fino	g	0.1	0.1	0.1											

MERCOLEDÌ

PASTA E ZUCCHINE

	MA	EL	ME	CUORI DI MERLUZZO	MA	EL	ME	PURE	MA	EL	ME	MA	EL	ME	
Pasta	g	40	50	60	CUORI DI MERLUZZO	g	80	80	PURE FIOCCHI	g	100	g	100	120	120
zucchine	g	30	40	50	Olio extravergine di oliva	g			Olio extravergine di oliva	g	0.1	0.1	g	5	5
Cipolla	g	10	10	10	Sale fino	g	0.1	0.1	Sale fino	g	0.1	0.1	g	0.1	0.1
Olio extravergine di oliva	g	3	6	9	Latte	g			Latte	g			g	5	5
Sale fino	g	0.1	0.1	0.1	Burro	g			Burro	g			g	0.1	0.1

GIOVEDÌ

GNOCCHETTI AL POMODORO

	MA	EL	ME	HAMBURGER AL POMODORO	MA	EL	ME	CAROTE PREZZEMOLATE	MA	EL	ME	MA	EL	ME	
Gnocchetti di semola	g	120	140	160	Spezzatino di vitello	g	100	120	Carote gelo	g	100	g	100	120	150
Pomodori pelati	g	40	50	60	Pomodori pelati	g	40	40	Burro	g	10	g	10	10	10
Basilico	g	2	4	4	Prezzenolo	g	3	3	Prezzenolo	g	5	g	5	5	5
Cipolla	g	3	6	6	Olio extravergine di oliva	g	5	5	Sale fino	g	0.1	0.1	g	0.1	0.1
Olio extravergine di oliva	g	5	5	5	Sale fino	g	0.1	0.1							
Sale fino	g	0.1	0.1	0.1											

VENERDÌ

PASTA CON FAGIOLI

	MA	EL	ME	BASTONCINI DI MERLUZZO	MA	EL	ME	PATATE AL FORNO	MA	EL	ME	MA	EL	ME	
Pasta	g	30	40	50	Bastoncini di merluzzo	g	75	100	Patate a spicchi	g	100	g	100	120	120
Fagioli	g	30	40	50	Olio extravergine di oliva	g			Olio extravergine di oliva	g	5	g	5	5	5
Pomodori pelati	g	10	10	10	Sale fino	g			Sale fino	g	0.1	0.1	g	0.1	0.1
Prezzenolo	g	2	2	2											
Cipolla	g	3	3	3											
Olio extravergine di oliva	g	5	5	5											
Sale fino	g	0.1	0.1	0.1											



M. B. ... di Piacenza ...

IV^a SETTIMANA
LUNEDI'

PASTA AL POMODORO
FORMAGGIO SPALMABILE

	MA	EL	ME	MA	EL	ME	MA	EL	ME	MA	EL	ME
Pasta	g	50	70	80	Quick							
Pomodori pelati	g	40	40	50								
Basilico	g	2	4	4								
Cipolla	g	3	6	6								
Olio extravergine di oliva	g	5	5	5								
Sale fino	g	0.1	0.1	0.1								

VELLUTATA DI CECI
MARTEDI'

	MA	EL	ME	MA	EL	ME	MA	EL	ME	MA	EL	ME
Ditali rigati	g	30	40	50	Arista di maiale al forno							
Ceci	g	30	40	50	Atista							
Pomodori pelati	g	10	10	10	Farina							
Prezzemolo	g	2	2	2	Olio extravergine di oliva							
Cipolla	g	3	3	3	Sale fino							
Olio extravergine di oliva	g	5	5	5								
Sale fino	g	0.1	0.1	0.1								

PASTA ALLA BOLOGNESE
MERCOLEDI'

	MA	EL	ME	MA	EL	ME	MA	EL	ME	MA	EL	ME
Pasta	g	60	70	80	Hamburger al pomodoro							
Pomodori pelati	g	40	40	50	Spezzatino di vitello							
Basilico	g	2	4	4	Pomodori pelati							
Cipolla	g	3	6	6	Prezzemolo							
Olio extravergine di oliva	g	5	5	5	Olio extravergine di oliva							
Sale fino	g	0.1	0.1	0.1	Sale fino							

PASTA CON LENTICCHIE
GIOVEDI'

	MA	EL	ME	MA	EL	ME	MA	EL	ME	MA	EL	ME
Pasta	g	30	40	50	Prosciutto cotto							
Lenticchie	g	30	40	50	Prosciutto cotto in busta							
Pomodori pelati	g	20	20	20								
Basilico	g	2	4	6								
Cipolla	g	3	6	9								
Olio extravergine di oliva	g	5	5	5								
Sale fino	g	0.1	0.1	0.1								

RISO E PATATE
VENERDI'

	MA	EL	ME	MA	EL	ME	MA	EL	ME	MA	EL	ME
Riso	g	40	50	60	Bastoncini di merluzzo							
Patate a cubetti	g	20	30	30	Bastoncini di merluzzo							
Pomodori pelati	g	10	10	10								
Prezzemolo	g	2	2	2								
Cipolla	g	3	3	3								
Olio extravergine di oliva	g	5	5	5								
Sale fino	g	0.1	0.1	0.1								

	MA	EL	ME	MA	EL	ME	MA	EL	ME	MA	EL	ME

M. 23 ... ACCIAIO

