

**MENÙ**  
**AUTUNNO – INVERNO 1° settimana**

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(1) Risotto bianco con piselli	(24) Polenta al pomodoro	(3) Crema di verdure e orzo	(4) Gnocchi al ragù	(2) Pasta al pomodoro
(38) Frittata alle verdure	(33) Polpette di ricotta e spinaci	(32) Spezzatino di tacchino	(41) Insalata di ceci	(31) Pesce al forno
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta cotta	(*) Frutta fresca

**MENÙ**  
**AUTUNNO – INVERNO 2°**

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(18) Risotto ai porri con verdura	(16) Crema di fagioli con pastina	(2) Pasta al pomodoro	(26) Passato di verdure con crostini di Pane	(58) Pasta olio e zafferano
(*) Prosciutto umbro IGP	(46) Cosce di pollo arrosto	(31) Platessa al forno	(42) Arista al forno	(30) Frittata ai formaggi
(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Piselli in bianco	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale	(*) Pane comune		(*) Pane integrale	(*) Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

**MENÙ**  
**AUTUNNO – INVERNO 3° settimana**

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(28) Minestrone di verdure e legumi	(10) Tortellini in brodo vegetale	(2) Pasta al pomodoro	(5) Risotto alla parmigiana	(*) Antipasto di verdure
(35) Roast beef maiale	(49) Crostino al formaggio	(36) Seppie gratinate	(37) Bocconcini di pollo all'olio aromatico	(5) Pasta olio e grana
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Piselli in bianco	(*) Verdura cotta	(38) Frittata con verdure al forno
(*) Pane integrale	(*) Pane comune		(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

**MENÙ AUTUNNO – INVERNO 4° settimana**

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(8) Risotto con spinaci	(27) Minestrina con patate e finocchi	(2) Pasta al pomodoro	(26) Crema di verdure con crostini di Pane	(14) Risotto con Lenticchie decorticate
(50) Petto di pollo al limone	(*) Mozzarella o Formaggio fresco	(43) Crocchette di pesce o Pesce panato	(48) Fettina in Pizzaiola	(30) Frittata al forno
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta cotta	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

### MENÙ AUTUNNO – INVERNO 5° settimana

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(6) Pasta con verdure e pomodoro	(34) Vellutata di ceci	(6) Pasta con verdure	(17) Passato di verdure con riso	(5) Riso in bianco
(*) Prosciutto cotto	(44) Crocchette di pollo al forno	(30) Frittata al forno	(32) Spezzatino di tacchino	(40) Pesce al pomodoro
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

### MENÙ AUTUNNO – INVERNO 6° settimana

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(28) Passato di verdure e legumi con riso	(6) Pasta con verdure al pomodoro	(1) Orzo con piselli	(10) Pastina in brodo di carne	(*) Antipasto di verdura
(31) Pesce al forno	(35) Arista al latte al forno	(38) Frittata al forno con spinaci	(37) Fettine di bollito con olio e aceto balsamico	(24) Polenta al pomodoro
(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Formaggio fresco
(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta cotta	(*) Frutta fresca

### MENÙ AUTUNNO – INVERNO 7° settimana

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(8) Risotto con asparagi	(2) Pasta al pomodoro	(17) Passato di verdure con farro	(34) Zuppa di lenticchie con crostini di Pane	(5) Pasta all'olio
(35) Roast beef maiale al latte	(31) Pesce al forno con patate(*)	(50) Petto di pollo alla salvia	(38) Frittata al forno con verdure	(*) Formaggio fresco
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane comune		(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta cotta	(*) Frutta fresca

## MENÙ AUTUNNO – INVERNO 8° settimana

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(11) Pasta al pesto	(4) Gnocchi al pomodoro	(20) Risotto al pomodoro	(7) Minestra di legumi passati e orzo	(6) Pasta con verdure
(32) Rollè di tacchino con crema di carote	(*) Formaggio fresco	(36) Seppie gratinate	(48) Fettina alla pizzaiola	(38) Frittata con piselli
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda
(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

## MENÙ AUTUNNO – INVERNO 9° settimana

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(27) Crema di piselli e patate con riso	(6) Pasta alle verdure e pomodoro	(17) Minestrone in brodo vegetale	(24) Polenta al pomodoro	(*) Antipasto di verdura
(32) Bocconcini di tacchino	(55) Pesce all'agro	(*) Parmigiano Reggiano	(50) Scaloppina di arista al limone	(58) Risotto allo zafferano
(*) Verdura cotta	Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cotta	(*) Prosciutto cotto
(*) ½ Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta cotta	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

## MENÙ AUTUNNO – INVERNO 10° settimana

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(23) Pasta al ragù	(10) Minestra in brodo di carne	(14) Risotto con lenticchie decorticate	(2) Pasta alla marinara	(3) Crema di verdure e orzo
(51) Sfornato di verdura	(37) Bollito all'agro	(*) Prosciutto crudo IGP	(31) Pesce al forno	(*) Stracchino
(*) Pane comune	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Frutta fresca	(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune
	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

## MENÙ AUTUNNO – INVERNO 11° settimana

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(2) Pasta al pomodoro	(5) Risotto olio e parmigiano	(12) Crema di verdure	(13) Pasta in bianco con cannellini	(17) Passato di verdure con orzo perlato
(30) Frittata al formaggio	(32) Tacchino alle erbe	(55) Pesce alla mugnaia	(50) Bocconcini di pollo	(*) Prosciutto cotto
(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda
(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

## MENÙ AUTUNNO – INVERNO 12° settimana

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(8)Risotto all'ortolana	(16)Quadrucci e ceci	(6)Pasta al ragù vegetale	(17) Passato di verdure con orzo	(57)Ravioli ricotta e spinaci al pomodoro
(38)Frittata di porri/cipolle	(*)Prosciutto cotto	(50) Bocconcini di pollo	(31)Pesce al forno	(37)Straccetti di tacchino
(*)Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cruda
(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

## MENU' PRIMAVERA-ESTATE 1° SETTIMANA

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(8) Orzotto con verdure	(23) Pasta al tonno	(*)Antipasto di verdure	(57) Gnocchi al pomodoro	(16) Pasta e ceci
(30) Frittata al forno	(40) Pesce al pomodoro	(20) Riso al pomodoro	(*) Mozzarella	(52) Saltimbocca di maiale
(*) Verdura cotta	(*)Verdura cruda	(47) Insalata di pollo e ortaggi lessi	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane comune	(*)Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

## MENU' PRIMAVERA-ESTATE 2° SETTIMANA

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(21)Insalata di legumi misti e orzo	(2) Pasta al pomodoro	(1) Pasta con piselli in bianco	(17) Minestra con verdura e pastina	(20) Risotto al pomodoro
(51)Sformato di verdura	(50) Petto di pollo al limone	(55) Pesce lesso all'agro	(39) Polpette di vitello al pomodoro	(*) Ricotta fresca
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda o panzanella
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune (no con panzanella)
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

## MENU' PRIMAVERA-ESTATE 3° SETTIMANA

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(2) Pasta al pomodoro aromatico	(26) Crema di verdure e legumi con crostini di pane	(13) Pasta in bianco con lenticchie decorticate	(8) Riso con verdure	(29) Gnocchi olio e salvia
(55) Pesce alla mugnaia	(37) Straccetti di manzo	(38) Frittata al forno con verdura	(*) Caciotta fresca	(48) Petto di pollo in pizzaiola
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

## MENU' PRIMAVERA-ESTATE 4° SETTIMANA

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(21) Insalata di riso con legumi misti e ortaggi	(6) Pasta con verdure	(5) Risotto alla parmigiana	(1) Pasta con piselli in bianco	(2) Pasta al pomodoro
(*) Mozzarelline	(39) Polpette di vitello al pomodoro	(31) Pesce al forno croccante	(*) Prosciutto cotto AQ	(50) Bocconcini di pollo agli aromi
(*) Verdura cruda	Verdura cotta	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

## MENU' PRIMAVERA-ESTATE 5° SETTIMANA

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(5) Orzo e riso al parmigiano	(6) Pasta con zucchine	(20) Farro al pomodoro	(57) Gnocchi al pomodoro	(13) Pasta con cannellini in bianco
(48) Fettina al pomodoro	(38) Frittata con verdura o con fiori di zucca	(32) Spezzatino di tacchino	(55) Pesce bollito all'agro	(*) Formaggio fresco
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

## MENU' PRIMAVERA-ESTATE 6°SETTIMANA

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(8) Risotto con zucca	(*)Antipasto di verdura	(57) Ravioli al pomodoro	(1) Pasta con piselli in bianco	(2)Pasta al pomodoro
(*)Mozzarella	(19) Insalata di farro	(51) Sformato di verdura	(35)Arista al latte	(40)Filetti di Pesce al pomodoro
(*) Verdura cruda	(47)Quadratini di pollo con ceci e ortaggi all'aceto balsamico		(*) Verdura cruda	(*) Ortaggi e patate bolliti
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) ½ Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

## MENU' PRIMAVERA-ESTATE 7° SETTIMANA

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(23) Pasta al tonno	(34)Crema di borlotti con crostini di Pane	(6)Pasta con verdure	(14) Risotto con fave e piselli	(57) Gnocchi al sugo
(55)Pesce bollito all'olio aromatico	(38) Frittata con verdure	(48)Fettina in pizzaiola	(50) Petto di tacchino ai ferri	(*)Prosciutto cotto
(*) Verdura cotta	(*)Panzanella	(*)Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cotta
(*) Pane comune		(*)Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

## MENU' PRIMAVERA-ESTATE 8° SETTIMANA

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(20) Riso ed orzo al pomodoro fresco	(2) Pasta al pomodoro aromatico	(28) Minestrone di verdure e legumi	(6) Pasta al ragù di verdure e pomodoro	(5) Risotto olio e parmigiano
(*) Mozzarella	(42) Carne al forno	(30) Frittata	(40)Pesce al pomodoro	(50) Piccatina di pollo
(*)Verdura cotta	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

## MENÙ PRIMAVERA-ESTATE 9°SETTIMANA

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(5) Risotto in bianco	(11)Pasta al pesto	(14)Riso e lenticchie decorticate	(23)Pasta fredda tonno e pomodoro	(19) Insalata di farro
(*)Prosciutto crudo e melone (**)	(46)Bocconcini di pollo arrosto	(49) Crostino al formaggio	(31)Pesce gratinato	(44) Scaloppa di maiale panata al forno
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) ½ Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(**) o frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

**MENÙ PRIMAVERA-ESTATE 10° SETTIMANA**

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(8)Riso con verdure	(41)Fagioli al pomodoro	(2) Pasta al pomodoro	(6) Pasta con verdure	(17)Minestra zucchine e maggiorana
(35)Arista al latte	(43)Crocchette di pesce	(50)Bocconcini di pollo	(*)Ricotta	(39)Polpettone di carne e verdura
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cotta	(*)Verdura cruda	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

**MENÙ PRIMAVERA-ESTATE 11°SETTIMANA**

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(6)Pasta con verdure	(20)Riso al pomodoro	(28) Minestra di verdure e legumi	(2)Pasta fredda con pomodorini e basilico	(8) Orzo con verdure
(31)Pesce gratinato	(30)Rotolo di frittata	(52)Saltimbocca di manzo	(55)Pesce lesso all'agro	(42)Arrosto di tacchino
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

**MENÙ PRIMAVERA-ESTATE 12° SETTIMANA**

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(1)Orzo e piselli	(2) Pasta al pomodoro	(*)Antipasto di verdure	(20) Risotto al pomodoro	(13)Insalata fredda di pasta pomodoro e legumi
(*)Mozzarelline o caprese	(50)Piccatina di pollo	(59)Insalata di tortellini radicchio e parmigiano in scaglie	(31)Pesce gratinato	(52)Involtini di tacchino
(*)Verdura cruda (pomodori)	(*)Verdura cotta		(*)Verdura cotta	(*)Verdura gratinata
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca