

SCUOLE DELL'INFANZIA E PRIMARIE DEL COMUNE DI LODI
TABELLA DIETETICA PRIVA DI LATTE E DERIVATI QUALITATIVA PRIMAVERA ESTATE 2022-2023

	1° settimana	2° settimana	3° settimana	4° settimana
LUNEDÌ	Risotto alle zucchine* (senza burro e grana)**	Trofie al pesto** (olio e basilico)	Pasta alla norma	Pasta primavera
	Bresaola olio e limone**	Frittata** strapazzata	Frittata semplice** (infanzia) /uova sode (primarie)	Prosciutto cotto**
	Pomodori in insalata	Carote julienne	Insalata verde	Pomodori in insalata
	Pane diet** – frutta fresca	Pane diet** – frutta fresca	Pane diet** – frutta fresca	Pane diet** – frutta fresca
MARTEDÌ	Crema di ceci e carote* con orzo	Pasta al pomodoro	Risotto allo zafferano** (senza zucchine e senza grana)	Pasta all'olio e salvia
	Petto di pollo (infanzia)/ cosce di pollo (primaria) al forno	Prosciutto cotto** porzione intera	Farinata	Omelette** (Senza formaggio)
	Patate al rosmarino	Pomodori in insalata	Carote julienne	Insalata mista
	Pane diet** – banana	Pane diet** – banana	Pane diet** – banana equosolidale	Pane diet** – banana
MERCOLEDÌ	Pasta al pomodoro e lenticchie	Riso all'olio	Crema di verdure* con orzo	Crema di zucchini e piselli* con farro
	Frittata semplice (infanzia) no formaggio** / Uova sode (primaria)	Polpette di legumi diet**	Arrosti di tacchino agli aromi	Polpette diet ** di manzo al sugo
	Carote julienne	Insalata mista con mais e olive verdi	Patate al forno	Patate al forno
	Pane diet** – frutta fresca	Pane diet** – frutta fresca	Pane diet** – frutta fresca	Pane diet** – frutta fresca
GIOVEDÌ	Farfalle zucchini e curcuma diet** (senza besciamella)	Crema di verdure* con farro	Pomodori in insalata con ceci	Risotto pomodoro fresco e prezzemolo** (senza burro e grana)
	Arrosti di lonza al rosmarino	Petto di pollo gratinato diet**	Pizza rossa diet** con prosciutto cotto	Cotoletta di tacchino diet**
	Fagiolini* gratinati diet**	Patate al forno		Fagiolini* all'olio
	Pane diet** – frutta fresca	Pane diet** – frutta fresca	Pane diet** – frutta fresca	Pane diet** – frutta fresca
VENERDÌ	Pasta agli aromi	Farfalle al pomodoro e basilico	Pasta aglio olio e prezzemolo	Pasta integrale al pesto** (olio e basilico) e cannellini
	Pesce spada* diet** alla liparese	Filetto di platessa* dorato diet** (per materna / Tonno all'olio (per primaria)	Totani* diet** gratinati	Filetto di platessa* diet** dorato
	Insalata verde	Zucchini trifolate	Fagiolini* in umido	Carote julienne
	Pane diet** – frutta fresca	Pane diet** – frutta fresca	Pane diet** – frutta fresca	Pane diet** – frutta fresca

**** prodotti senza proteine del latte, lattosio.**
***prodotto surgelato o congelato in origine**
I primi piatti sono privi di grana o parmigiano