

DAL 29.08 AL 02.09.22 PRIMA SETTIMANA - ESTATE

| LUNEDÌ                                  | MARTEDÌ   | GIOVEDÌ               | VENERDÌ   |
|---|---|-----------------------|---|
| INSALATA<br>ICEBERG,<br>FINOCCHI E NOCI | INSALATA di<br>FAGIOLINI  | INSALATA<br>GRECA     | INSALATA LATTUGA                                      |
| PASTA<br>INTEGRALE al<br>PESTO          | BOCCONCINI di<br>POLLO alle OLIVE,<br>ZUCCHINE e<br>CAVOLFIORI al<br>VARORE | GNOCCHI DI<br>RICOTTA | FILETTI DI PESCE<br>IMPANATI con<br>BROCCOLI e CAROTE |
| PESCA                                   | FRULLATO DI<br>FRUTTA   | SETTEMBRINE           | ALBICOCCA   |

DAL 05.09 AL 09.09.22 SECONDA SETTIMANA-ESTATE

| LUNEDÌ                           | MARTEDÌ                                    | GIOVEDÌ  | VENERDÌ   |
|----------------------------------|--|--|---|
| INSALATA LOLLO                   | MELONE                                     | INSALATA<br>SCAROLA                                    | INSALATA<br>ICEBERG,<br>POMODORI, SEMI<br>GIRASOLE                        |
| PASTA con SUGO<br>ALLA BOLOGNESE | PIZZA<br>INTEGRALE,<br>INSALATA<br>QUERCIA | SMINUZZATO di<br>POLLO, RISO,<br>ZUCCHINE al<br>VAPORE | FORMAGGI:<br>philadelphia,<br>mozzarelle cherry,<br>PATATE IN<br>INSALATA |
| KIWI                             | GELATO con<br>SALSA LAMPONI                | UVA BIANCA   | SUSINE  |

DAL 12.09 AL 16.09.22 TERZA SETTIMANA-ESTATE

| LUNEDÌ                                       | MARTEDÌ                                | GIOVEDÌ  | VENERDÌ                                 |
|--|--|--|---|
| MINESTRA DI<br>VERDURA                       | INSALATA LOLLO,<br>CABIS,<br>MELOGRANA | CAVOLFIORI E<br>BARBABIETOLE<br>in insalata                    | INSALATA QUERCIA,<br>RAPANELLI,FINOCCHI |
| INVOLTINI<br>RICOTTA e<br>SPINACI,<br>CAROTE | RISOTTO AL<br>POMODORO                 | BRESAOLA E<br>PROSCIUTTO<br>COTTO con<br>PATATE IN<br>INSALATA | MERLUZZO AL<br>FORNO, BROCCOLI          |
| MELA   | CREMA ALLA<br>VANIGLIA                 | PRUGNA BIANCA  | CAKE AL CIOCCOLATO                      |

DAL 19.09 AL 23.09.22 SETTIMANA DEL GUSTO

| LUNEDÌ                                 | MARTEDÌ  | GIOVEDÌ                                   | VENERDÌ  |
|--|--|---|--|
| PASSATO di verdure ticinesi            | INSALATA verde con lamponi   | INSALATA di finocchi con arancia e pinoli | PINZIMONIO di carote colorate alla senape          |
| INSALATA verde con pomodorini colorati | STRACCETTI di POLLO con panatura cornflakes ticinesi                     | LASAGNE al ragù di soia                   | SALMONE di Lostallo al vapore con nocciole paprika |
| ROBIOLA                                | MISTO VERDURA (peperoni melanzane e zucchine) e PATATE al forno speziate | VERDURA DI STAGIONE                       | erbette in crosta RISO                             |
| TORTA DI PANE                          | UVA e FICHI  | MACEDONIA                                 | CREMA di ZUCCA addolcita con miele ticinese        |

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  |  |  |
|--|--|--|--|

**DAL 26.09 AL 30.09.22 QUINTA SETTIMANA-AUTUNNO**

|               |                |                |                |
|---------------|----------------|----------------|----------------|
| <b>LUNEDÌ</b> | <b>MARTEDÌ</b> | <b>GIOVEDÌ</b> | <b>VENERDÌ</b> |
|---------------|----------------|----------------|----------------|

|  |   |   |  |
|--|---|---|--|
| <p>CREMA DI PORRI</p> <p>CROSTONI<br/>integrali al<br/>formaggio con<br/>INSALATA<br/>RICCIA E<br/>POMODORINI<br/>CHERRY</p> <p>SORBETTO AL<br/>LIMONE</p> | <p>INSALATA di<br/>FINOCCHI ,NOCI<br/>e MELA</p> <p>POLENTA<br/>PASTICCIATA</p> <p>UVA BIANCA</p> | <p>INSALATA di<br/>CAROTE</p> <p>PICCATA al<br/>LIMONE.,<br/>PASTA,<br/>ZUCCHINE,<br/>CABIS</p> <p>KIWI</p> | <p>INSALATA<br/>LATTUGA, SEDANO<br/>RAPA</p> <p>TONNO IN UMIDO,<br/>GRANO</p> <p>MACEDONIA</p> |
|--|---|---|--|

DAL 03.10 AL 07.10.22 SESTA SETTIMANA-AUTUNNO

|  |   |                                |  |
|--|---|--------------------------------|--|
| <p>INSALATA<br/>GENTILINA, CABIS,<br/>ANANAS</p> | <p>INSALATA<br/>QUERCIA,<br/>PEPERONI</p>                                     | <p>INSALATA<br/>ICEBERG</p>    | <p>MINESTRA DI<br/>AVENA</p>                                       |
| <p>RISOTTO ALLA<br/>ZUCCA</p>                    | <p>ARROSTO di<br/>vitello, PATATE<br/>AL FORNO,<br/>SPINACI,<br/>BROCCOLI</p> | <p>TORTELLONI DI<br/>MAGRO</p> | <p>FRITTATA agli<br/>SPINACI,<br/>BARBABIETOLE in<br/>insalata</p> |
| <p>CREMA BI-COLORE</p>                           | <p>MELA</p>   | <p>BANANA, UVA<br/>ROSSA</p>   | <p>PERA</p>  |