



COMUNE DI SAN MAURIZIO CANAVESE



VEGANO

MENU' ESTIVO periodo aprile/giugno- settembre /ottobre

GIORNO	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1° SETTIMANA	GNOCCHETTI SARDI AL POMODORO E BASILICO	Passato di verdura con pasta	Pasta all'olio EVO	Risi e bisi	Rigatoni al sugo di zucchine
	PISELLI SALTATI	FAGIOLI AL POMODORO	LENTICCHIE LESSATE	POLPETTE DI LEGUMI	CECI IN UMIDO
	Carote saltate all'olio	Patate al forno	Insalata verde	Patate e fagiolini	Insalata di pomodori
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	BUDINO DI SOIA / MOUSSE DI FRUTTA
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
2° SETTIMANA	Risotto con asparagi	Pasta pomodoro e basilico	Vellutata di zucchine con riso	Pasta all'olio EVO	Penne all'crudaioia
	PISELLI IN UMIDO	CECI SALTATI	HAMBURGER DI LEGUMI	INSALATA DI FAGIOLI	LENTICCHIE AL POMODORO
	Fagiolini al pomodoro	Insalata verde/pomodori	Patate al forno	Insalata di carote	Insalata verde
	Frutta fresca	BUDINO DI SOIA	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
3° SETTIMANA	Sedanini al sugo variopinto	Insalata di riso NO PROSCIUTTO, NO FORMAGGIO E NO TONNO	PASTA CON PISELLI	Passato di verdura con pasta	Pasta al POMODORO
	PISELLI AL POMODORO	LENTICCHIE IN UMIDO	FAGIOLI SALTATI	CECI CON AROMI	POLPETTE DI LEGUMI
	CAROTE ALL'OLIO	Insalata verde	Insalata di cavolo verza	Patate al forno	Insalata di pomodori
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	BUDINO DI SOIA / MOUSSE DI FRUTTA	Frutta fresca
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
4° SETTIMANA	Riso pomodoro e basilico	Trenette al PESTO	Pizza la pomodoro	Pasta all'olio EVO	Fusilli pomodoro e pesto
	PISELLI AGLI AROMI	HAMBURGHE DI LEGUMI	LENTICCHIE AGLI AROMI	FAGIOLI IN UMIDO	CECI SALTATI
	Insalata di carote	Fagiolini in insalata	Insalata verde/pomodori	Insalata mista	Insalata verde
	BUDINO DI SOIA / MOUSSE DI FRUTTA	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane