

# ESEMPIO : MENU' SETTIMANALE INVERNALE N. 1

## Lunedì

### PRANZO:

- \* Pasta e Ceci
- \* Arrotolato Tacchino
- \* Patate al forno

### CENA:

- \* Minestra di piselli
- \* Affettati e formaggi
- \* Verdura

## Martedì

### PRANZO:

- \* Pasta al ragù
- \* Cotoletta di pollo
- \* Verdura

### CENA:

- \* Minestra di pane
- \* Polpette di carne con verdure
- \* Verdura

## Mercoledì

### PRANZO:

- \* Lasagne
- \* Scaloppine al vino bianco
- \* Verdura

### CENA:

- \* Orzotto
- \* Involtini prosciutto e fontina
- \* Verdura

## Giovedì

### PRANZO:

- \* Minestrina con pasta all'uovo
- \* Lucanica in umido
- \* Polenta

### CENA:

- \* Riso alla Milanese
- \* Polpettone in crosta
- \* Verdura

## Venerdì

### PRANZO:

- \* Spaghetti al pomodoro e verdure
- \* Palombo
- \* Verdura

### CENA:

- \* Minestrina
- \* Lonza al latte
- \* Verdura

## Sabato

### PRANZO:

- \* Risotto speck e radicchio
- \* Bollito misto
- \* Verdura

### CENA:

- \* Crema di zucca
- \* Arrosto di tacchino in salsa
- \* Verdura

## Domenica

### PRANZO:

- \* Minestrina
- \* Brasato
- \* Polenta

### CENA:

- \* Semolino
- \* Involtini di verza al forno
- \* Verdura



