

Prima settimana	Seconda settimana	Terza settimana	Quarta settimana
Lunedì	Lunedì	Lunedì	Lunedì
Pasta al pomodoro (1, 9) Frittata (3, 7) Spinaci (7) Pane (1) Frutta fresca di stagione	Pizza margherita (1, 7) Prosciutto cotto Insalata mista Pane (1) Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro (1, 9) Mozzarella (7) Broccoli Pane (1) Frutta fresca di stagione	Risotto allo zafferano/zucca (1, 7) Frittata (3,7) Insalata mista Pane (1) Frutta fresca di stagione
Martedì	Martedì	Martedì	Martedì
Ravioli alla salvia (1, 7) Polpette di manzo (7) Broccoli Pane(1) Yogurt alla frutta (7)	Passato di verdura orzo/farro (1, 9) Fettina di lombo impanata (1, 3, 5) Purea di patate (7) Pane(1) Frutta fresca di stagione	Lasagne al forno (1, 3, 7, 9) piselli e carote o insalata fantasia  Pane(1) Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro (1, 9) Polpettine di tacchino (7) Carote Pane(1) Passata di frutta
Mercoledì	Mercoledì	Mercoledì	Mercoledì
Passato di verdura con crostini (1, 9) Petto di pollo Patate al forno Pane(1) Frutta fresca di stagione	Orecchiette ai broccoli (1, 7) Scaloppine di pollo al limone (1) Carote Pane(1) Passata di frutta	Crema di verdura e legumi con crostini(1, 9) Pollo al forno Patate al forno Pane(1) Frutta fresca di stagione	Pizza margherita (1, 7) Prosciutto cotto Broccoli/Fagiolini Pane(1) Yogurt alla frutta (7)
Giovedì	Giovedì	Giovedì	Giovedì
Risotto alla parmigiana (7) Sogliola impanata (1, 3, 4, 5) Carote Pane(1) Frutta fresca di stagione	Risotto allo zafferano (7) Bastoncini di merluzzo (1, 4, 7) Tris di verdure Pane(1) Frutta fresca di stagione	Gnocchi di patate al pomodoro (1, 9) Tonno (4) Fagiolini Pane(1) Frutta fresca di stagione	Tortelli al pomodoro (1, 3, 7) Polpette di merluzzo (1, 4, 7) Spinaci (7) Pane(1) Frutta fresca di stagione
Venerdì	Venerdì	Venerdì	Venerdì
Pasta al pomodoro (1, 9) Stracchino (7) Finocchi Pane(1) Frutta fresca di stagione	Pasta alla salvia (1, 7) Frittata (3,7) Spinaci (7) Pane(1) Frutta fresca di stagione	Pasta olio e grana (1, 7) Spiedino di tacchino Cavolfiori (7) Pane(1) Yogurt alla frutta (7)	Vellutata di verdura (7, 9) Salsicetta con polenta (1, 7) Pane(1) Frutta fresca di stagione

Lista allergeni (rif [http://www.eufic.org/article/it/expid/Rapporto\\_EUFIC\\_sugli\\_allergeni...alimentari/](http://www.eufic.org/article/it/expid/Rapporto_EUFIC_sugli_allergeni...alimentari/))

1. Cereali contenenti glutine e relativi prodotti 2. Crostacei e relativi prodotti 3. Uova e relativi prodotti 4. Pesce e relativi prodotti 5. Arachidi e relativi prodotti 6. Semi di soia e relativi prodotti

7. Latte e relativi prodotti (incluso il lattosio) 8. Frutta a guscio, vale a dire mandorle, nocciole, noci, anacardi, noce di pecan, noce del Brasile, noci del Queensland e relativi prodotti

9. Senape e relativi prodotti 10. Miele 11. Semi di sesamo e relativi prodotti 12. Diossido di zolfo e solfiti a concentrazioni maggiori di 10 mg/kg o 10 mg/L riportati come SO2 13. Lupino ed erbe aromatiche

06 MAG, 2022

**Jpitaria Locale BIELLA**  
Nutrizione e Dietologia  
Direttore F.F. DEJit. NJ&TIJINGIJON