

**TABELLA ESTIVA per la SCUOLA SVIZZERA - BERGAMO  
A.S 2022-2023 VEGETARIANO**

	<b>LUNEDI</b>	<b>MARTEDI</b>	<b>MERCOLEDI</b>	<b>GIOVEDI</b>	<b>VENERDI</b>
<b>PRIMA SETTIMANA</b>	Pasta al pesto Frittata al forno Carote julienne e mais Pane <b>05.09</b>	Raviolini agli spinaci Mozzarella Insalata, pomodori e cetrioli Pane Yogurt alla frutta <b>06.09</b>	Pasta al pomodoro Crocchette vegetariane Fagiolini* Pane <b>07.09</b>	Riso all'inglese Stufato di legumi con carote Pane <b>08.09</b>	Pasta fredda con tonno e pomodori Farinata* Patate al forno Pane <b>09.09</b>
<b>SECONDA SETTIMANA</b>	Pasta allo zafferano Frittata con patate Insalata e mais Pane <b>12.09</b>	Pizza margherita Formaggio ½ porz. Fagiolini* Pane Yogurt bianco <b>13.09</b>	Pasta all'extravergine Fagioli al prezzemolo Pomodori e cetrioli Pane <b>14.09</b>	Cous cous alle verdure Polpette di piselli Zucchine trifolate Pane <b>15.09</b>	Risotto alla parmigiana Crocchette vegetariane Carote baby Pane <b>16.09</b>
<b>TERZA SETTIMANA</b>	Pasta al pesto* Polpette di legumi Pomodori Pane <b>19.09</b>	Risotto zafferano e piselli Lenticchie in umido Purè di patate Pane Budino al cioccolato <b>20.09</b>	Pasta al sugo di melanzane fresche Asiago Dop Verdura cotta gratinata Pane <b>21.09</b>	Riso all'inglese Farinata di ceci* Fagiolini* Pane <b>22.09</b>	Pasta al pomodoro Gateau di patate Carote julienne Pane <b>23.09</b>
<b>QUARTA SETTIMANA</b>	Pasta al pomodoro Crocchette vegetariane Pomodori Pane Gelato* <b>26.09</b>	Risotto alla parmigiana Mozzarella Carote julienne Pane Yogurt alla frutta <b>27.09</b>	Pasta all'extravergine Cotoletta vegetariana Fagiolini* Pane <b>28.09</b>	Gnocchi al pomodoro Arrosto di tacchino Zucchine Pane <b>29.09</b>	Pasta al pesto Lenticchie in umido Patate al forno Pane <b>30.09</b>
<b>PRIMA SETTIMANA</b>	Gnocchetti sardi ai formaggi Farinata di lenticchie* Carote julienne Pane <b>03.10</b>	Pasta al ragù di verdura Frittata con patate Spinaci* Pane Yogurt bianco <b>04.10</b>	Raviolini agli spinaci Primo sale ½ porz. Finocchi gratinati Pane Torta margherita <b>05.10</b>	Pasta al pomodoro e pesto* Crocchette vegetariane Fagiolini* Pane <b>06.10</b>	Risotto allo zafferano Stufato di legumi con carote Pane <b>07.10</b>

La cucina può sostituire tutta la verdura con altra verdura di stagione (no patate, no legumi)

**I prodotti contrassegnati con \* , a seconda della disponibilità stagionale, possono essere decongelati o freschi.**

**LA FRUTTA PREVISTA A PRANZO VERRÀ PROPOSTA A METÀ MATTINA**