

Menù speciale INTOLLERANZA AL LATTOSIO primavera DPDB

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1° settimana	-Pasta al sugo -Pesce con pangrattato -Finocchi all'insalata	-Riso con carote e piselli -Polpettone di carne e spinaci	-Pasta e lenticchie -Frittata di bietole	-Pasta e zucca -Hamburger di manzo	-Riso e verza -Formaggio 24 mesi -Fagiolini
2° settimana	-Orecchiette con i broccoli - Tocchetti di pollo infarinati con limone	-Pasta e cavolo -Pesce alla pizzaiola	-Pasta e lenticchie - Parmigiano 24 mesi -Spinaci	-Riso con il minestrone -Uovo sodo	-Riso e zucchine -Polpettone di merluzzo e patate
3° settimana	-Pasta al pesto -Pesce gratinato -Insalata	-Pasta al sugo - Parmigiano 24 mesi Fagiolini	LA BANDERA (piatto nazionale dominicano – riso + fagioli + pollo) -Insalata	-Riso e spinaci -Polpette di manzo al sugo -Scarole capperi e olive	-Pasta e piselli -Uovo sodo -Finocchi al forno gratinati
4° settimana	Pasta e ceci -Frittata di broccoli	Riso al sugo -Pollo al forno con patate, carote e cavolo	-Riso con la zucca -Pesce gratinato	-Pasta alla bolognese -Finocchi al forno	-Pasta e cavolo -Pesce con i pomodorini
5° settimana	-Riso con il minestrone di verdure -Frittata di bietole	-Riso e zucca -Pesce gratinato	-Pasta e lenticchie -Carote, finocchi e cavolfiore al forno	Pasta al ragù di verdure nascoste -Frittata di bietole	Riso e verza -Scaloppina di manzo

Ogni giorno va aggiunto una porzione di pane e una di frutta.

La scuola si riserva di sostituire le varietà di verdure e di pesce in caso di mancata fornitura.

I metodi di preparazione delle uova sono suscettibili di variazione.

Dott.ssa Paola Iaccarino Idelson

Biologa nutrizionista, specialista in Scienza dell'alimentazione

Albo professionale dei Biologi Sez A, 055114