Menù autunnale DPDB Vegano con uova

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1° settimana	-Pasta al sugo - Scaloppina di seitan con limone -Bietole	-Pasta e piselli - Frittata -Finocchi	-Orecchiette con i broccoli -Tofu impanato	Riso integrale con verdure e ceci - Hamburger vegetale	-Riso e zucca -Formaggio di soia spalmabile - Spinaci
2° settimana	-**Pasta e lenticchie** -Carote al vapore	-Riso con gli spinaci -Farinata -Insalata	-Pasta e cavolo - Uovo - Zucca al forno	-Pasta e piselli - Formaggio di mandorle alla pizzaiola	-Pasta al ragù vegetale* - Medaglione di legumi - Spinaci
3° settimana	-Pasta e lenticchie -Uovo -Bietole	-Pasta e zucca -Hamburger di seitan -Insalata mista	-Riso e verza -Formaggio di anacardi -Carote	- Pasta al sugo -Tofu gratinato -Cavolo (gratinato)	-Riso integrale con fagioli -Polpette di pane e uovo al pomodoro -Zucca arrostita
4° settimana	-Pasta e piselli - Tofu alla pizzaiola -Insalata di finocchi	-Riso al sugo - Frittata di uova e erbette - Insalata di carote	- **Pasta al forno con sugo di pomodoro, tofu e lievito alimentare** -Scarole con capperi e olive	-Orecchiette con i broccoli -Straccetti di soia -Insalata	-Riso con gli spinaci -Hamburger di legumi con sugo di pomodoro - Carote crude all'insalata
5° settimana	-Riso al sugo con piselli -Uovo - Bietole al pomodoro	-Pasta e fagioli - Hamburger vegetale - Finocchi al forno gratinati	-Pasta al pesto - Frittata -Broccoli	Pasta e cavolo gratinata -Formaggio di mandorle -Insalata	-Pasta e ceci -Scaloppina di seitan al limone - Zucca al forno