



COMUNE DI SENIGALLIA

Menù per la dieta vegana

Primavera - Estate 2021-2022

1ª SETTIMANA	2ª SETTIMANA	3ª SETTIMANA	4ª SETTIMANA
LUNEDÌ	LUNEDÌ	LUNEDÌ	LUNEDÌ
Polpa di frutta** Pasta al pesto rosso (basilico, pinoli, pomodoro fresco) Piselli stufati Insalata cetrioli e rucola Frutta di stagione	Polpa di frutta** Passato di verdure con pastina Burger di lenticchie Purè vegan di patate, piselli e carote /purè vegan di patate e porro Frutta di stagione	Polpa di frutta** Pasta pomodoro e basilico Cotoletta impanata di patate e legumi Spinaci/bieta lessati con limone Frutta di stagione	Polpa di frutta** Pasta al sugo di pomodoro e olive verdi Knell di legumi Carote al vapore Frutta di stagione
MARTEDÌ	MARTEDÌ *	MARTEDÌ *	MARTEDÌ *
Frutta fresca ** Passato di legumi con orzo/farro Cotoletta impanata di patate e legumi Pomodori in insalata Frutta di stagione	Frutta fresca ** Pasta olio EVO e erbe aromatiche Cotoletta impanata di zucchine e legumi Insalata mista di stagione Frutta di stagione	Frutta fresca ** ♣ Riso/couscous al ragù vegetale con pinoli Piselli stufati Frutta di stagione	Frutta fresca ** Passato di verdure con orzo/farro Burger di legumi Patate prezzemolate Frutta di stagione
MERCOLEDÌ*	MERCOLEDÌ	MERCOLEDÌ	MERCOLEDÌ
Yogurt di soia alla frutta Pasta olio EVO e pinoli Purea di lenticchie Carote in insalata julienne Frutta di stagione	Yogurt di soia alla frutta Pasta alle melanzane Fagioli cannellini stufati Fagiolini all'agro Frutta di stagione	Yogurt di soia alla frutta Pasta pomodoro e basilico Fagioli cannellini in insalata con pomodori Frutta di stagione	Yogurt di soia alla frutta Risotto con pomodorino fresco Cotoletta impanata di patate e legumi Carote in insalata julienne Gelato bianco e cacao alla soia
GIOVEDÌ	GIOVEDÌ	GIOVEDÌ	GIOVEDÌ
Frutta fresca ** Pasta pomodoro e basilico Knell di legumi Fagiolini all'olio Frutta di stagione	Frutta fresca** ♣ Insalatona composta da, insalata verde, ceci, mais dolce, rucola, cetrioli Tranci di pizza al pomodoro- rosmarino/ cipolla Gelato bianco alla soia	Frutta fresca ** Crema di carote con pastina Burger di legumi e zucchine ai ferri Patate al rosmarino Frutta di stagione	Frutta fresca ** Pasta olio EVO e pinoli Lenticchie in erba cipollina Zucchine arrosto Frutta di stagione
VENERDÌ*	VENERDÌ*	VENERDÌ*	VENERDÌ*
Polpa di frutta** Pasta al sugo di verdure e pomodoro Burger di legumi ai ferri Verdure arrosto (pomodori/melanzane/peperoni) Frutta di stagione	Polpa di frutta** Insalata di farro/orzo (olive, pomodoro, carote) pasta fredda (pomodoro, rucola e olive) Piselli al pomodoro Carote al vapore Frutta di stagione	Polpa di frutta** Pasta al pesto (basilico, pinoli) Knell di legumi Insalata verde e pomodori Frutta di stagione	Polpa di frutta** Insalata mista di stagione ♣ Lasagne vegetali alla crema di ceci Frutta di stagione

- la tipologia delle verdure può variare per disponibilità e per sperimentazione nuove proposte
- per la scuola dell'infanzia è previsto l'ultimo venerdì del mese, un **dolce** per festeggiare i compleanni collettivi.
- ** la merenda della mattina è prevista solo per la scuola dell'infanzia *Sono previste due somministrazioni a settimana di **pane integrale biologico** ♣ Piatto unico
- Menu validato SIAN AV2 Senigallia il 06/09/2018 aggiornato con nota del 13/09/2021



COMUNE DI SENIGALLIA

Menù per la dieta vegana *Autunno Inverno 2021-2022*



1 ^a SETTIMANA	2 ^a SETTIMANA	3 ^a SETTIMANA	4 ^a SETTIMANA
LUNEDÌ	LUNEDÌ	LUNEDÌ	LUNEDÌ
<i>Polpa di frutta**</i> ♣ Tranci di Pizza rosmarino/cipolla con crema di ceci Fagiolini al vapore <i>Frutta di stagione</i>	<i>Polpa di frutta**</i> Pasta pomodoro e basilico Purea di lenticchie Insalata verde <i>Frutta di stagione</i>	<i>Polpa di frutta**</i> Pasta olio EVO e pinoli Burger di legumi Spinaci al naturale <i>Frutta di stagione</i>	<i>Polpa di frutta**</i> Risotto alla crema di zucca Piselli in erba cipollina Insalata verde <i>Frutta di stagione</i>
MARTEDÌ*	MARTEDÌ	MARTEDÌ	MARTEDÌ*
<i>Frutta fresca**</i> Pasta verdure pomodoro, funghi e piselli Piselli stufati Insalata verde e radicchio <i>Frutta di stagione</i>	<i>Frutta fresca**</i> Passato di verdure con farro/orzo Ceci stufati Patate al rosmarino <i>Frutta di stagione</i>	<i>Frutta fresca**</i> Pasta pomodoro e basilico Knell di patate e legumi Carote in insalata julienne <i>Frutta di stagione</i>	<i>Frutta fresca**</i> insalata, radicchio, pomodoro, rucola ♣ Lasagne vegan al forno alla crema di ceci <i>Frutta di stagione</i>
MERCOLEDÌ	MERCOLEDÌ*	MERCOLEDÌ*	MERCOLEDÌ
<i>Yogurt di soia alla frutta</i> Pasta olio EVO e erbe aromatiche Cotoletta impanata di patate e legumi Julienne di finocchi, arancio e olive nere <i>Frutta di stagione</i>	<i>Yogurt di soia alla frutta</i> Risotto allo zafferano Knell di legumi Carote al vapore <i>Frutta di stagione</i>	<i>Yogurt di soia alla frutta</i> Passato di verdure con pastina Piselli stufati Purè vegan di patate e carote <i>Frutta di stagione</i>	<i>Yogurt di soia alla frutta</i> Pasta al pomodoro e olive verdi/olio EVO e pinoli Burger ai ferri di legumi Bieta all'olio aromatico <i>Frutta di stagione</i>
GIOVEDÌ	GIOVEDÌ	GIOVEDÌ	GIOVEDÌ
<i>Frutta fresca**</i> Passato di verdure con pastina Purea di lenticchie Spinaci all'olio EVO <i>Frutta di stagione</i>	<i>Frutta fresca**</i> Pasta al ragù vegetale e basilico Piselli al pomodorino Julienne di finocchi e carote <i>Yogurt di soia alla frutta</i>	<i>Frutta fresca**</i> Pasta alle verdure (cavolfiore) Lenticchia in umido Insalata verde, finocchi e pomodori <i>Frutta di stagione</i>	<i>Frutta fresca**</i> Pasta pomodoro e basilico Cannellini brasati Julienne di finocchi <i>Frutta di stagione</i>
VENERDÌ *	VENERDÌ *	VENERDÌ *	VENERDÌ *
<i>Polpa di frutta**</i> Riso alle verdure Cannellini brasati Carote in insalata julienne <i>Frutta di stagione</i>	<i>Polpa di frutta**</i> Pasta e ceci Burger di legumi ai ferri Cavolfiore al naturale <i>Frutta di stagione</i>	<i>Yogurt di soia alla frutta</i> ♣ Riso al ragù vegetale con fagioli e ceci Fagiolini e patate lesse <i>Frutta di stagione</i>	<i>Polpa di frutta**</i> Passato di fagioli con pasta Knell di legumi Carote in insalata julienne <i>Frutta di stagione</i>

- la tipologia delle verdure può variare per disponibilità e per sperimentazione nuove proposte
- per la scuola dell'infanzia è previsto l'ultimo venerdì del mese, un **dolce** per festeggiare i compleanni collettivi.
- ****** la merenda della mattina è prevista solo per la scuola dell'infanzia ♣ Piatto unico
- *Sono previste due somministrazioni a settimana di **pane integrale biologico**
- Menu validato SIAN AV2 Senigallia il 06/09/2018 aggiornato con nota del 13/09/2021