



Menù settimanale di aprile

SETTIMANA 1

	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
pranzo	PASQUETTA	Salmone al forno con lamelle di mandorle Carote alla julienne	Merluzzo al forno con crema di rucola Carote all'olio	Spaghettoni integrali con sugo di pomodori e ricotta Insalata lattughina	Frittata con i carciofi Lattughino
cena		Ravioli di legumi Carciofi in padella con mentuccia	Risottino agli asparagi Erbette saltate	Filetti di trota con mandorle e misticanza Fagiolini e patate lessate	<u>Risi e Bisi</u> Carote e finocchi crudi

SETTIMANA 2

	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
pranzo	Cous cous con zucchine, piselli, carote e uova sode Insalata novella	Orzo con ragù di carne Carciofi saltati	Gnocchetti di patate e spinaci con burro e salvia Carote in padella	Insalata tiepida di piselli freschi e asparagi con uova in camicia	Fusilli con il salmone fresco Asparagi al vapore
cena	Zuppa di legumi con orzo Insalata di spinaci freschi	Calamari lessati e saltati in padella in insalata con olive e rucola	Bocconcini di rana pescatrice al pomodoro Insalata di finocchi	Risottino con gli spinaci Fagiolini all'olio	<u>Crema di piselli con quenelle di ricotta</u> Carote crude



SETTIMANA 3

	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
pranzo	Tagliatelle al sugo di pomodoro e rucola Carote in padella	Scaloppine di tacchino al limone Zucchine in padella	Farro con asparagi e scaglie di parmigiano Carote in padella	Orecchiette integrali con cime di rapa Carote alla julienne	Ravioli ricotta ed erbe Insalata di finocchi
cena	Zuppa di legumi con crostone di pane Erbe saltate	Riso venere con gamberetti, piselli e zenzero Insalata novella	Branzino agli aromi Carciofi in padella con mentuccia	Passato di verdure primaverili <u>Polpette di piselli</u>	Filetto di trota salmonata al cartoccio Pomodori, carote, patate al forno

SETTIMANA 4

	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
pranzo	Bocconcini di pollo alla curcuma Carciofi in padella con timo fresco	Fusilli di farro con fave fresche Spinaci saltati in padella	FESTA	Gnocchetti primavera - con piselli, carote, asparagi- Songino e pomodori	Risottino ai carciofi <u>Pisellini aromatici</u>
cena	Orzotto con piselli e zucchine Carote alla julienne	Uova all'occhio di bue con asparagi Lattughino e carote		Zuppetta di lenticchie rosse e carote	Tonno in crosta di pistacchi Insalata novella

*LE RICETTE SOTTOLINEATE LE TROVATE NEL POST