

# Unione dei Comuni Amiata Val d'Orcia

Abbadia San Salvatore – Piancastagnaio- Castiglione d'Orcia - Radicofani

## MENU' INVERNALE rev. Settembre 2020

### 1 SETTIMANA

Lunedì	Riso con zucca gialla	Stracchino	Spinaci	Frutta di stagione
Martedì	Polenta al ragù	Pesce con pangrattato al forno	Patate arrosto	Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pesto	Pollo arrosto	Carote	Frutta di stagione
Giovedì	Minestrone di verdure con pasta	Prosciutto cotto e prosciutto crudo	Finocchi crudi o cotti	Frutta di stagione
Venerdì	Pasta in bianco	Roast beef	Pisellini	Dolce casalingo

### 2 SETTIMANA

Lunedì	Pasta al pomodoro	Frittata	Verdure di stagione	Frutta di stagione
Martedì	Minestra di legumi	Tacchino ai ferri	Purea di patate	Frutta di stagione
Mercoledì	Ravioli ricotta e spinaci olio e parmigiano	Fettine alla pizzaiola	Cavolfiore lessso	Frutta di stagione
Giovedì	Pasta all'olio	Arista di maiale	Fagiolini	Dolce casalingo/yogurt
Venerdì	Pasta al pesto	Polpette di pesce	Insalata	Frutta di stagione

### 3 SETTIMANA

Lunedì	Pasta al pomodoro	Uova sode o frittata	Verdure	Frutta di stagione
Martedì	Riso olio e parmigiano	Bocconcini di pollo	Cavolfiore	Frutta di stagione
Mercoledì	Minestrone di verdure con orzo, riso o pasta	Spezzatino di vitello	Patate lesse	Frutta di stagione
Giovedì	Pasta al tonno	Petto di tacchino	Finocchi crudi o cotti	Frutta di stagione
Venerdì	Ravioli ricotta e spinaci olio e parmigiano	Filetti di merluzzo lessi	Carote lesse	Dolce casalingo

### 4 SETTIMANA

Lunedì	Pasta con verdure di stagione	Prosciutto cotto	Ceci	Frutta di stagione
Martedì	Risotto al ragù	Roast beef	Fagiolini	Frutta di stagione
Mercoledì	Tortellini di carne al parmigiano	Caciotta	Insalata e pomodori	Frutta di stagione
Giovedì	Minestrone di verdure con pasta	Polpettone	Patate lesse/arrosto	Dolce casalingo/budino
Venerdì	Risotto olio e parmigiano	Filetti di platessa al forno	Verdure di stagione	Frutta di stagione

# Unione dei Comuni Amiata Val d'Orcia

Abbadia San Salvatore – Piancastagnaio- Castiglione d'Orcia - Radicofani

## MENU' ESTIVO rev. Settembre 2020

### 1 SETTIMANA

Lunedì	Riso alle zucchini	Mozzarella	Bietole	Frutta di stagione
Martedì	Pasta al ragù	Merluzzo con pangrattato al forno	Patate arrosto	Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pesto	Pollo arrosto	Insalata	Frutta di stagione
Giovedì	Minestrone di verdure con pasta	Prosciutto cotto e crudo	Fagiolini	Gelato
Venerdì	Pasta al pomodoro	Roast beef	Pisellini	Frutta di stagione

### 2 SETTIMANA

Lunedì	Pasta al pomodoro	Frittata	Verdure di stagione lesse	Frutta di stagione
Martedì	Minestra di legumi e pasta	Tacchino ai ferri	Purea di patate	Frutta di stagione
Mercoledì	Ravioli ricotta e spinaci olio e parmigiano	Fettine alla pizzaiola	Peperoni, melanzane e zucchini al forno	Frutta di stagione
Giovedì	Pasta all'olio	Arista di maiale	Patate in umido/pomodori	Frutta di stagione
Venerdì	Pasta al pesto	Polpette di pesce	Insalata	Gelato

### 3 SETTIMANA

Lunedì	Pasta al pomodoro	Insalata con tonno, pomodori mais e mozzarella		Frutta di stagione
Martedì	Riso olio e parmigiano	Bocconcini di pollo	Fagiolini	Frutta di stagione
Mercoledì	Minestrone di verdure con riso o pasta o orzo	Spezzatino di vitello	Patate in umido	Frutta di stagione
Giovedì	Ravioli ricotta e spinaci olio e parmigiano	Petto di tacchino	Spinaci	Gelato
Venerdì	Pasta al tonno	Filetti di platessa al forno	Pomodori	Frutta di stagione

### 4 SETTIMANA

Lunedì	Pasta con verdure di stagione	Prosciutto crudo e cotto	Ceci	Frutta di stagione
Martedì	Risotto al ragù	Roast beef	Zucchini	Frutta di stagione
Mercoledì	Tortellini di carne al parmigiano	Stracchino/caciotta	Insalata e pomodori	Frutta di stagione
Giovedì	Minestrone di verdure con pasta	Polpettone	Patate lesse	Frutta di stagione
Venerdì	Risotto olio e parmigiano	Filetti di platessa al forno	Verdure di stagione	Gelato