

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
30.08.2021 / 31.08.2021 Estate 1	<ul style="list-style-type: none"> - Lollo bicolore, cetrioli e rapanelli - Pasta integrale pomodoro e melanzane - Yogurt vaniglia e mirtilli 	<ul style="list-style-type: none"> - Lattuga - Merluzzo alla provenzale - Broccoli e cavolfiore al vapore -Cake 			

USC Bellinzona, 2013

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
01.09.2021 / 03.09.2021 Estate 1				- Insalata greca - Gnocchi alla romana con salsa pomodoro - Mela	- Insalata di carote - Polpette di pollo - Patate e peperoni - Uva
06.09.2021 / 10.09.2021 Estate 2	- Melone - Pizza integrale prosciutto e zucchine - Lattuga - Gelato vaniglia con salsa frutti di bosco	- Lattuga e lollo - Pasta alla bolognese - Pesca		- Ice-berg, chioggia, carote, semi di lino, pomodorini e cetrioli - Formaggi misti - Patate al forno - Spinaci - Albicocche	- Milano e pomodorini - Sminuzzato di vitello - Riso selvatico - Carote bicolore - Mele
13.09.2021 / 17.09.2021 Estate 3	- Minestra di broccoli - Sfogliatine formaggio e verdura - Insalata di pomodori - Mela	- Lattuga, ice-berg e barbabietole - Risotto alle coste - Budino alla vaniglia		- Insalata di cavolfiore - Insalata di carote e sedano cotti - Tacchino tonnato - Patate in insalata - Fragole	- Milano, lollo verde, cetrioli, rapanelli - Merluzzo alla mediterranea - Farro - Zucchine - Frullato banane e pesche
20.09.2021 / 24.09.2021 Settimana del gusto	- Pancotto - Insalata di pomodori colorati - Formaggini alti e basso freschi - Miele ticinese - Uva americana-fichi	- Crema di zucca - Bruschette integrali con pomodoro e uova - Torta di farina gialla		- Insalata di cabis bianco, mele e noci - Tagliatelle di castagne con uccelli scappati - Finocchi e belga brasati - Macedonia profumo sambuco	- Bastoncini di carote bicolore - Polenta con fagioli in umido - Purea di mele cotte con amaretti sbriciolati
27.09.2021 / 30.09.2021 Estate 5	- Milano, chioggia e carote - Pizza 7 cereali al prosciutto - Sorbetto e frutta fresca	- Bastoncini di verdure con salsa yogurt - Parmigiana di melanzane - Fragole		- Lattuga - Piccata di tacchino - Purea di patate - Broccoli e romanesco - Banane	

USC Bellinzona, 2013

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
01.10.2021 Estate 5					<ul style="list-style-type: none"> - Radicchio variegato, ice-berg, rapanelli, cetrioli - Spiedini di merluzzo e salmone - Farro / - Spinaci - Mirtilli
04.10.2021 / 08.10.2021 Estate 6	<ul style="list-style-type: none"> - Insalata di carote e noci - Risotto alle zucchine - Crema alla vaniglia 	<ul style="list-style-type: none"> - Riccia, chioggia, rucola, cavolo rosso - Arrosto di tacchino - Patate al forno - Peperoni - Purea di mele cotta 		<ul style="list-style-type: none"> - Lattuga - Lasagne - Caki vaniglia 	<ul style="list-style-type: none"> - Brodo con crostini integrali - Frittata carote, tacchino e zucchine - Insalata di finocchi - Susine
11.10.2021 / 15.10.2021 Autunno 1	<ul style="list-style-type: none"> - Formentino, chioggia e pomodorini - Pasta integrale con salsa al prosciutto - Yogurt ai mirtilli 	<ul style="list-style-type: none"> - Lattuga - Merluzzo impanato - Romanesco - Carote - Biscotto arrotolato al mango 		<ul style="list-style-type: none"> - Milano, riccia, barbabietole e rapanelli - Gnocchi alla romana - Uva bicolore 	<ul style="list-style-type: none"> - Minestra d'orzo - Polpettone con verdure e tofu - Zucchine - Peperoni - Frullato di banana e lamponi
18.10.2021 / 22.10.2021 Autunno 2	<ul style="list-style-type: none"> - Passato di verdura - Pizza 7 cereali al prosciutto - Ice-berg e lollo verde - Gelato vaniglia con salsa alla frutta 	<ul style="list-style-type: none"> - Lattuga - Pasta alla bolognese - Kiwi 		<ul style="list-style-type: none"> - Crema di carote - Formaggi misti - Patate al forno - Spinaci - Mandarino 	<ul style="list-style-type: none"> - Milano e cetrioli - Sminuzzato di pollo - Giardiniera - Sfogliatine alle mele
25.10.2021 / 29.10.2021 Autunno 3	<ul style="list-style-type: none"> - Crema di broccoli - Crostata di formaggio - Insalata di pomodori - Pere 	<ul style="list-style-type: none"> - Riccia, ice-berg, chioggia, rapanelli e semi - Risotto alla zucca - Budino 		<ul style="list-style-type: none"> - Pinzimonio con salsa yogurt - Spezzatino di manzo - Polenta - Caki vaniglia 	<ul style="list-style-type: none"> - Milano, carote e sedano - Involtino di limanda - Quinoa - Melanzane - Mela

USC Bellinzona, 2013

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
01.11.2021 / 05.11.2021	VACANZA	VACANZA	VACANZA	VACANZA	VACANZA
08.11.2021 / 12.11.2021 Autunno 4	<ul style="list-style-type: none"> - Lattuga - Pasta al pomodoro e verdure - Ricotta ai mirtilli 	<ul style="list-style-type: none"> - Crema di carote - Pollo impanato - Broccoli e cavolfiori - Crostata di mele 		<ul style="list-style-type: none"> - Chioggia, ice-berg, pomodorini e cetrioli - Gnocchi di patate al tonno - Pere 	<ul style="list-style-type: none"> - Milano e lollo verde - Polpette di manzo - Riso selvatico - Giardiniera - Uva
15.11.2021 / 19.11.2021 Autunno 5	<ul style="list-style-type: none"> - Passato di verdure - Pizza 7 cereali margherita - Milano, riccia, cetrioli, uovo sodi - Gelato vaniglia con salsa lamponi 	<ul style="list-style-type: none"> - Insalata di pomodori e basilico - Polenta con bolognese e lenticchie - Mela 		<ul style="list-style-type: none"> - Lattuga e carote - Piccata al limone - Purea di patate - Navone e romanesco - Ananas 	<ul style="list-style-type: none"> - Radicchio variegato, chioggia e barbabietole - Spiedini di salmone e merluzzo - Farro - Spinaci - Macedonia
22.11.2021 / 26.11.2021 Autunno 6	<ul style="list-style-type: none"> - Insalata di finocchi - Risotto alla zucca - Crema al cioccolato 	<ul style="list-style-type: none"> - Milano, chioggia, pomodorini e cavolo - Arrosto di tacchino - Patate arrosto - Coste - Mandarini 		<ul style="list-style-type: none"> - Lattuga - Pizzoccheri - Kiwi 	<ul style="list-style-type: none"> - Crema di miglio - Frittata con verdure - Cavolfiori in insalata - Insalata di pomodori - Banane
29.11.2021 / 30.11.2021 Inverno 1	<ul style="list-style-type: none"> - Lollo bicolore, riccia e barbabietole - Pasta integrale alle 3 P - Yogurt ai mirtilli 	<ul style="list-style-type: none"> - Lattuga - Filetti di merluzzo impanati alle erbe - Carote e finocchi - Biscotto arrotolato 			

USC Bellinzona, 2013

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
01.12.2021 / 03.12.2021 Inverno 1				- Milano, chioggia, rapanelli e sedano - Gnocchi alla romana e pomodoro - Purea di mele	- Pastina in brodo - Polpettone di manzo, verdure e tofu - Broccoli - Pere
06.12.2021 / 10.12.2021 Inverno 2	- Passato di verdura - Pizza 7 cereali al prosciutto - Insalata ice-berg e lollo - Gelato vaniglia con salsa alla frutta	- Lattuga - Pasta alla bolognese - Caki vaniglia	VACANZA	- Crema di carote - Formaggi misti - Patate al forno - Peperoni - Mandarino	- Lollo verde, milano e cetrioli - Sminuzzato di vitello - Tagliatelle - Zucchine - Mele
13.12.2021 / 17.12.2021 Inverno 3	- Passato di verdure - Involtini di formaggio e zucchine - Pomodori in insalata - Mela	- Ice-berg, lollo rossa, cetrioli e rapanelli - Risotto al cavolo rosso - Crema alla vaniglia		- Insalata di finocchi e arance - Spezzatino di manzo alle verdure - Polenta - Pera	- Milano, chioggia, carote e cavolo - Filetti di limanda al forno - Grano saraceno - Spinaci - Banane
20.12.2021 / 23.12.2021 Inverno 4	- Lattuga - Pasta con pomodoro e verdure - Ricotta alle more	- Bastoncini di verdure - Cosce di pollo - Carote e navone - Cous-cous - Ananas		- Milano, chioggia, pomodori e fagioli -Gnocchi di patate pomodoro e melanzane - Mandarino	VACANZA
27.12.2021 / 31.12.2021	VACANZA	VACANZA	VACANZA	VACANZA	VACANZA

USC Bellinzona, 2013

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
03.01.2022 / 07.01.2022	VACANZA	VACANZA	VACANZA	VACANZA	VACANZA
10.01.2022 / 14.01.2022 Inverno 5	<ul style="list-style-type: none"> - Crema di verdure - Pizza ai 7 cereali tacchino - Lollo rossa e cetrioli - Sorbetto alle pere 	<ul style="list-style-type: none"> - Insalata di finocchi con arance - Polenta e bolognese - Mela 		<ul style="list-style-type: none"> - Lattuga - Piccata al prezzemolo - Pure di patate - Cavolini di bruxelle e carote - Banana 	<ul style="list-style-type: none"> - Milano, chioggia, rapanelli e pomodorini - Spiedini di salmone e merluzzo - Farro / - Spinaci - Macedonia
17.01.2022 / 21.01.2022 Inverno 6	<ul style="list-style-type: none"> - Insalata di pomodori e basilico - Risotto alla milanese - Crema al caramello 	<ul style="list-style-type: none"> - Lattuga, barbabietole, carote gialle - Arrosto di tacchino - Patate al forno - Cavolfiore, zucchine - Mandarini 		<ul style="list-style-type: none"> - Ice-berg e lollo verde - Tortelloni di magro al pomodoro - Pere 	<ul style="list-style-type: none"> - Brodo con crostini integrali - Frittata con verdure - Insalata di finocchi e sedano - Cachi vaniglia
24.01.2022 / 28.01.2022 Inverno 1	<ul style="list-style-type: none"> - Lollo bicolore, riccia e barbabietole - Pasta integrale al pomodoro e verdure - Yogurt ai mirtili 	<ul style="list-style-type: none"> - Lattuga - Filetti di merluzzo impanati alle erbe - Riso - Melanzane e navone - Mela 		<ul style="list-style-type: none"> - Radicchio variegato, pomodorini e cetrioli - Gnocchi alla romana e pomodoro - Pura di pere 	<ul style="list-style-type: none"> - Pastina in brodo - Polpettone di manzo, verdure e tofu - Broccoli e cavolfiori - Mandarini
31.01.2022 Inverno 2	<ul style="list-style-type: none"> - Passato di verdura - Pizza 7 cereali al tonno - Insalata ice-berg e lollo - Gelato vaniglia con salsa alla frutta 				

USC Bellinzona, 2013

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
01.02.2022 / 04.02.2022 Inverno 2		- Lattuga - Pasta ai legumi - Kiwi		- Crema di carote - Formaggi misti - Patate al forno - Peperoni - Mandarino	- Lollo verde, milano e cetrioli - Sminuzzato di pollo - Tagliatelle - Zucchine - Ananas
07.02.2022 / 11.02.2022 Inverno 3	- Minestra di verdura - Involtini con tacchino, zucchini e formaggio - Insalata di sedano e insalata di pomodori - Banana	- Milano, chioggia, cetrioli e rapanelli - Risotto ai piselli - Budino al cioccolato		- Bastoncini di verdura con salsa yogurt - Spezzatino di manzo con funghi - Polenta taragna - Mandarini	- Ice.berg, lollo, cetrioli, cavolo - Persico alle mandorle - Zucchine e melanzane - Cake
14.02.2022 / 18.02.2022 Inverno 4	- Lattuga - Pasta al pomodoro e verdure - Ricotta ai frutti di bosco	- Lollo bicolore e cetrioli - Fettine di pollo - Patate e peperoni - Ananas		- Milano, chioggia pomodorini e ceci - Gnocchi di patate al sugo di verdura - Mela al forno	- Ice-berg e indivia riccia - Polpette di manzo - Riso - Broccoli e cavolfiori - Kiwi
21.02.2022 / 25.02.2022 Inverno 5	- Crema di verdure - Pizza 7 cereali al prosciutto - Radicchio variegato, lollo rossa e rapanelli - Gelato stracciatella	- Pomodorini, carote, peperoni e cetrioli con salsa yougurt - Polenta con bolognese e lenticchie - Mela		- Insalata di carote e semi - Saltimbocca - Tagliatelle - Finocchi e taccole - Pera	- Milano, chioggia e barbabietole - Spiedini di salmone - Riso selvatico - Zucchine - Macedonia
28.02.2022	VACANZA				

USC Bellinzona, 2013

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
01.03.2022 / 04.03.2022		VACANZA		VACANZA	VACANZA
07.03.2022 / 11.03.2022 Inverno 6	<ul style="list-style-type: none"> - Lattuga, lollo rossa, germogli e carote - Risotto agli spinaci - Crema al caramello 	<ul style="list-style-type: none"> - Ice-berg, chioggia, pomodorini e sedano - Arrosto di tacchino - Gratin di patate e spinaci - Kiwi 		<ul style="list-style-type: none"> - Milano e lollo verde - Pizzoccheri - Mela 	<ul style="list-style-type: none"> - Brodo con crostini integrali - Frittata con verdura - Insalata di cavolfiori - Banana
14.03.2022 / 18.03.2022 Primavera 1	<ul style="list-style-type: none"> - Lattuga, radicchio variegato, pomodorini, carote gialle - Pasta con salsa al pomodoro e verdure - Yogurt alla frutta 	<ul style="list-style-type: none"> - Ice-berg e riccia - Filetti di merluzzo impanati - Spinaci e carote - Biscotto arrotolato 		<ul style="list-style-type: none"> - Milano, chioggia, barbabietole e cetrioli - Gnocchi alla romana con salsa pomodoro - Pera 	<ul style="list-style-type: none"> - Brodo con crostini di pane integrali - Spiedini di pollo - Peperoni e broccoli - Fragole
21.03.2022 / 25.03.2022 Primavera 2	<ul style="list-style-type: none"> - Passato di verdura - Pizza 7 cereali al tacchino - Misticanza - Gelato vaniglia con salsa alla frutta 	<ul style="list-style-type: none"> - Lattuga - Pasta con sugo alla bolognese - Kiwi 		<ul style="list-style-type: none"> - Minestra di zucca - Formaggi misti - Patate al forno - Mela 	<ul style="list-style-type: none"> - Milano, indivia riccia - Sminuzzato di vitello alle verdure - Riso - Broccoli - Banana
28.03.2022 / 31.03.2022 Primavera 3	<ul style="list-style-type: none"> - Minestra di verdura - Involtini di formaggio e zucchine - Insalata di carote e semi - Mela 	<ul style="list-style-type: none"> - Ice-berg, chioggia, barbabietole, rapanelli - Risotto agli asparagi - Budino al cioccolato 		<ul style="list-style-type: none"> - Bastoncini di verdura con salsa alla yogurt - Spezzatino di manzo - Polenta - Pera 	

USC Bellinzona, 2013

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
01.04.2022 Primavera 3					<ul style="list-style-type: none"> - Radicchio, formentino, sedano e carote - Orata mediterranea - Quinoa - Dadolata di verdura - Banana
04.04.2022 / 08.04.2022 Primavera 4	<ul style="list-style-type: none"> - Lattuga - Pasta integrale con salsa pomodoro e melanzane - Ricotta alle fragole 	<ul style="list-style-type: none"> - Rucola, finocchi e arance - Cosce di pollo - Cavolfiore e romanesco - Crostata alle mele 		<ul style="list-style-type: none"> - Ice-berg, chioggia, ceci - Gnocchi di patate al sugo di verdure - Kiwi 	<ul style="list-style-type: none"> - Lollo verde e milano - Polpette di manzo e tofu - Riso - Zucchine e peperoni - Pera
11.04.2022 / 15.04.2022 Primavera 5	<ul style="list-style-type: none"> - Misticanza, ice-berg, rapanelli, sedano - Pizza 7 cereale al prosciutto - Sorbetto al limone - Fragole 	<ul style="list-style-type: none"> - Bastoncini di verdura con salsa alla yogurt - Polenta con sugo alla bolognese - Mela 		<ul style="list-style-type: none"> - Milano e rapa - Piccata classica - Purea di patate - Spinaci e carote - Mandarino o kiwi 	VACANZA
18.04.2022 / 22.04.2022	VACANZA	VACANZA		VACANZA	VACANZA
25.04.2022 / 29.04.2022 Primavera 6	<ul style="list-style-type: none"> - Milano, chioggia, carote, pomodorino giallo - Risotto ricotta e rucola - Crema all'arancia 	<ul style="list-style-type: none"> - Indivia riccia, quercia, barbabietole e sedano - Arrosto di vitello - Patate e peperoni - Mela 		<ul style="list-style-type: none"> - Lattuga - Pizzocchieri - Pera 	<ul style="list-style-type: none"> - Brodo con crostini integrali - Frittata con verdure - Insalata di finocchi e zucchine - Banana

USC Bellinzona, 2013

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
02.05.2022 / 06.05.2022 Estate 1	<ul style="list-style-type: none"> - Lollo bicolore, cetrioli e rapanelli - Pasta integrale al pesto di rucola - Yogurt vaniglia e mirtilli 	<ul style="list-style-type: none"> - Lattuga - Merluzzo alla provenzale - Zucchine e carote - Torta lievitata alle mele 		<ul style="list-style-type: none"> - Insalata greca - Gnocchi alla romana con ricotta con salsa pomodoro - Albicocche 	<ul style="list-style-type: none"> - Insalata di cavolfiori - Polpette di manzo - Riso e peperoni - Prugne
09.05.2022 / 13.05.2022 Estate 2	<ul style="list-style-type: none"> - Melone - Pizza integrale prosciutto e zucchine - Lollo bicolore - Gelato vaniglia con salsa ciliegie 	<ul style="list-style-type: none"> - Lattuga - Pasta alla bolognese - Pesca 		<ul style="list-style-type: none"> - Ice-berg, chioggia, carote, semi di lino, pomodorini e cetrioli - Formaggi misti - Patate al forno - Spinaci - Fragole 	<ul style="list-style-type: none"> - Milano e pomodorini - Sminuzzato di pollo - Carote bicolore - Sfogliatina alle mele
16.05.2022 / 20.05.2022 Estate 3	<ul style="list-style-type: none"> - Minestra di broccoli - Sfogliatine formaggio e verdura - Insalata di pomodori - Mela 	<ul style="list-style-type: none"> - Lattuga, chioggia e pomodorini gialli - Risotto alle coste - Budino alla vaniglia 		<ul style="list-style-type: none"> - Insalata di cavolfiore - Insalata di carote e sedano cotti - Tacchino tonnato - Patate in insalata - Fragole 	<ul style="list-style-type: none"> - Milano, lollo verde, cetrioli, rapanelli - Merluzzo alla mediterranea - Farro - Zucchine - Frullato banane e pesche
23.05.2022 / 27.05.2022 Estate 4	<ul style="list-style-type: none"> - Lattuga - Pasta integrale con salsa pomodoro e zucchine - Ricotta alle ciliegie 	<ul style="list-style-type: none"> - Milano, chioggia, pomodorini e cetrioli - Fettine di pollo impanate - Broccoli e peperoni - Crostata alle mele 		VACANZA	<ul style="list-style-type: none"> - Lollo verde e ice-berg - Polpette di manzo con tofu e verdure - Riso / - Spinaci e melanzane - Frutti di bosco
30.05.2022 / 31.05.2022 Estate 5	<ul style="list-style-type: none"> - Milano, chioggia e carote - Pizza 7 cereali al prosciutto - Sorbetto e frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> - Bastoncini di verdure con salsa Yogurt - Parmigiana di melanzane - Fragole 			

USC Bellinzona, 2013

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
<p>01.06.2022 / 03.06.2022</p> <p>Estate 5</p>				<ul style="list-style-type: none"> - Lattuga - Piccata di tacchino - Pasta - Tris di cavolfiori - Banane 	<ul style="list-style-type: none"> - Radicchio variegato, ice-berg, rapanelli, cetrioli - Spiedini di merluzzo e salmone - Farro / - Spinaci - Mirtilli
<p>06.06.2022 / 10.06.2022</p> <p>Estate 6</p>	VACANZA	<ul style="list-style-type: none"> - Lattuga - Tortelloni di magro alla salvia - Melone 		<ul style="list-style-type: none"> - Riccia, chioggia, rucola, cavolo rosso - Arrosto di tacchino - Patate al forno - Peperoni - Ciliegie 	<ul style="list-style-type: none"> - Brodo con crostini integrali - Frittata carote, tacchino e zucchine - Insalata di finocchi - Susine
<p>13.06.2022 / 15.06.2022</p> <p>Estate 1</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Lollo bicolore, ice-berg e cetrioli - Pasta integrale al pesto - Yogurt ai frutti di bosco 	<ul style="list-style-type: none"> - Melone e anguria - Pizza 7 cereali al tacchino - Bastoncini di verdura - Gelato con frutta 	FINE SCUOLA		

USC Bellinzona, 2013