

NIGIVIA
Srl

MENU' AUTUNNO-INVERNO 2024/2025
SCUOLA GERMANICA ROMA
OPZIONE NO UOVO

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
I SETTIMANA	riso al pomodoro philadelphia insalata frutta bio	pasta e ceci prosciutto cotto carote julienne dolce	pasta int. al pesto hamburger*/polpette* broccoli* frutta bio	riso alla parmigiana cotoletta di mare* bastoncini di carote* frutta bio	gnocchetti al pomodoro insalata di legumi cavolfiore* yogurt bio
II SETTIMANA	pasta all'amatriciana caciotta pecora finocchi dolce	Risotto crema di carote hamburger*/polpette* puré di patate frutta bio	pasta e fagioli philadelphia carote julienne frutta bio	orecchiette al pomodoro prosciutto cotto insalata budino	zuppa di farro bastoncini di pesce* bastoncini di carote* frutta bio
III SETTIMANA	pasta al pesto hamburger*/polpette* patate al forno* frutta bio	pasta int. al pomodoro insalata di fagioli broccoli* frutta bio	lasagna al ragù - fagiolini* yogurt bio	pizza margherita prosciutto cotto insalata di cavolfiore frutta bio	riso e lenticchie grana padano insalata dolce
IV SETTIMANA	risotto allo zafferano arista al forno broccoli* frutta bio	gnocchetti al pomodoro platessa in bianco* cavolfiore* budino	pasta al pomodoro grana padano finocchi frutta bio	zuppa di farro arista al forno patate al forno dolce	pasta al tonno caciotta carote julienne frutta bio

*prodotto congelato

ELABORAZIONE A CURA DELLA DOTT.SSA CURSI - BIOLOGA NUTRIZIONISTA - ISCR.ALBO ONB SEZ.A NUM. 063371

Dr.ssa Silvia Corsi
Biologa Nutrizionista
Via dei Giacchi, 55 - 00192 Roma
CF: CR42LV78537H501Y
P.IVA: 10807501001
+39 329546001 - silvia.corsi@gmail.com

**MENU' AUTUNNO-INVERNO 2024/2025
SCUOLA GERMANICA ROMA
OPZIONE CELIACHIA**

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
I SETTIMANA	riso al pomodoro philadelphia insalata frutta bio	pasta e ceci frittata con spinaci (mat)/ uova strapazzate e spinaci dolce	pasta int. al pesto polpettine* broccoli* frutta bio	riso alla parmigiana cotoletta di mare* bastoncini di carote* frutta bio	gnocchetti al pomodoro bocconcini di pollo cavolfiore* yogurt bio
II SETTIMANA	pasta all'amatriciana caciotta pecora finocchi dolce	risotto crema di carote polpettine* purea di patate frutta bio	pasta e fagioli frittata/uova strapazzate cavolfiore* frutta bio	orecchiette al pomodoro prosciutto cotto insalata budino	riso in bianco bastoncini di pesce* bastoncini di carote* frutta bio
III SETTIMANA	pasta al pesto polpettine* patate al forno* frutta bio	pasta int. al pomodoro bocconcini di pollo broccoli* frutta bio	lasagna al ragù - fagiolini* yogurt bio	pizza margherita prosciutto cotto insalata di cavolfiore frutta bio	riso e lenticchie grana padano insalata dolce
IV SETTIMANA	risotto allo zafferano bocconcini di pollo broccoli* frutta bio	gnocchetti al pomodoro platessa panata* cavolfiore* budino	tortellini al pomodoro grana padano finocchi frutta bio	riso in bianco arista al forno patate al forno dolce	pasta al tonno frittata con bieta (mat)/ uova strapazzate e bieta frutta bio

*prodotto congelato

ELABORAZIONE A CURA DELLA DOTT.SSA CURSI - BIOLOGA NUTRIZIONISTA - ISCR.ALBO ONB SEZ.A NUM. 063371

Dr.ssa Silvia Corsi
Biologa Nutrizionista
Via dei Giacchi, 55 - 00192 Roma
CF: CR726V7537H501Y
P.IVA: 10807800001
+39 329549011 - silvia.corsi@mail.com

NIGIVIA
Srl

MENU' AUTUNNO-INVERNO 2024/2025
SCUOLA GERMANICA ROMA
OPZIONE NO LATTE-LATTOSIO

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENEDÌ
I SETTIMANA	riso al pomodoro philadelphia no lattosio/bresaola insalata frutta bio	pasta e ceci frittata con spinaci (mat)/ uova strapazzate e spinaci dolce/budino soia	pasta int. al pesto polpettine* broccoli* frutta bio	riso all'olio cotoletta di mare* bastoncini di carote* frutta bio	gnocchetti al pomodoro bocconcini di pollo cavolfiore* frutta bio
II SETTIMANA	pasta al pomodoro caciotta pecora finocchi dolce/budino soia	risotto crema di carote polpettine* patate all'olio frutta bio	pasta e fagioli frittata/uova strapazzate cavolfiore* frutta bio	orecchiette al pomodoro mozzarella no lattosio/bresaola insalata frutta bio	zuppa di farro bastoncini di pesce* bastoncini di carote* frutta bio
III SETTIMANA	pasta al pesto polpettine* patate al forno* frutta bio	pasta int. al pomodoro bocconcini di pollo broccoli* frutta bio	lasagna al ragù - fagiolini* frutta bio	pizza rossa prosciutto cotto insalata di cavolfiore frutta bio	riso e lenticchie bresaola insalata dolce/budino soia
IV SETTIMANA	risotto all'olio bocconcini di pollo broccoli* frutta bio	gnocchetti al pomodoro platessa panata* cavolfiore* frutta bio	tortellini al pomodoro mozzarella no lattosio/prosciutto cotto finocchi frutta bio	zuppa di farro arista al forno patate al forno dolce/budino soia	pasta al tonno frittata con bieta (mat)/ uova strapazzate e bieta frutta bio

*prodotto congelato

ELABORAZIONE A CURA DELLA DOTT.SSA CURSI - BIOLOGA NUTRIZIONISTA - ISCR.ALBO ONB SEZ.A NUM. 063371

Dr.ssa Silvia Corsi
Biologa Nutrizionista
Via dei Giocchi, 55 - 00152 Roma
CF: 07824775374501Y
P.IVA 1080701001
+39 3295440001 - silvia.corsi@mail.com

NIGIVIA
Srl

MENU' AUTUNNO-INVERNO 2024/2025
SCUOLA GERMANICA ROMA
VEGETARIANO/VEGANO

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
I SETTIMANA	riso al pomodoro philadelphia/bastoncini di verdure insalata frutta bio	pasta e ceci frittata con spinaci bio/bresaola -/insalata frutta bio	pasta int. al pesto polpette broccoli* frutta bio	riso parmigiana/all'olio cotoletta bastoncini di carote* frutta bio	gnocchetti al pomodoro insalata di legumi cavolfiore* yogurt bio/soia
II SETTIMANA	pasta al pomodoro caciotta/insalata di legumi finocchi frutta bio	risotto crema di carote hamburger purea di patate/patate all'olio frutta bio	pasta e fagioli frittata bio/bastoncini di verdure cavolfiore* frutta bio	orecchiette al pomodoro ricotta di pecora/bresaola insalata yogurt bio/soia	zuppa di farro insalata ceci e pomodoro bastoncini di carote* frutta bio
III SETTIMANA	pasta al pesto polpette patate al forno* frutta bio	pasta int. al pomodoro straccetti di soia broccoli* frutta bio	lasagna al pomodoro fagiolini* yogurt bio/soia	pizza margherita/rossa bresaola insalata di cavolfiore frutta bio	riso e lenticchie grana padano/bastoncini di verdure insalata frutta bio
IV SETTIMANA	risotto allo zafferano/olio straccetti di soia broccoli* frutta bio	gnocchetti al pomodoro insalata di legumi cavolfiore* budino/yogurt soia	tortellini/pasta al pomodoro grana padano/bresaola finocchi frutta bio	zuppa di farro insalata ceci e pomodoro patate al forno frutta bio	pasta all'olio frittata con bieta/cotoletta -/bieta all'olio frutta bio

*prodotto congelato

ELABORAZIONE A CURA DELLA DOTT.SSA CURSI - BIOLOGA NUTRIZIONISTA - ISCR.ALBO ONB SEZ.A NUM. 063371

Dr.ssa Silvia Corsi
Biologa Nutrizionista
Via dei Picchi, 55 - 00192 Roma
CF: CR9475567H501Y
P. IVA: 1080701001
+39 3295460001 - silvia.corsi@mail.com