



# COMUNE DI SENIGALLIA

## Menù per la dieta vegana

### Autunno Inverno 2025-2026



1ª SETTIMANA	2ª SETTIMANA	3ª SETTIMANA	4ª SETTIMANA
LUNEDÌ	LUNEDÌ	LUNEDÌ	LUNEDÌ
<b>Frutta fresca**</b> ♣ Pizza rosmarino/cipolla con Hummus di ceci Fagiolini all'olio evo <b>Frutta di stagione</b>	<b>Frutta fresca**</b> Pasta pomodoro e basilico Purea di lenticchie Insalata verde e sedano <b>Frutta di stagione</b>	<b>Frutta fresca**</b> Pasta olio EVO e pinoli Burger di legumi Spinaci al olio evo <b>Frutta di stagione</b>	<b>Frutta fresca**</b> Riso alla crema di zucca e pinoli Piselli in erba cipollina Cavolfiore al naturale e prezzemolo <b>Frutta di stagione</b>
MARTEDÌ*	MARTEDÌ*	MARTEDÌ*	MARTEDÌ*
<b>Spremuta di arancia fresca e fette biscottate</b> Pasta alle verdure di stagione Piselli stufati Insalata verde e radicchio <b>Frutta di stagione</b>	<b>Spremuta di arancia fresca e fette biscottate</b> Passato di verdure con farro Ceci stufati Patate al rosmarino <b>Frutta di stagione</b>	<b>Spremuta di arancia fresca e fette biscottate</b> Pasta pomodoro e basilico Knell di patate e legumi Carote in insalata julienne <b>Frutta di stagione</b>	<b>Spremuta di arancia fresca e fette biscottate</b> Insalata mista di stagione (insalata, radicchio, carote, rucola) ♣Lasagne vegan al forno alla crema di ceci <b>Frutta di stagione</b>
MERCOLEDÌ *	MERCOLEDÌ *	MERCOLEDÌ *	MERCOLEDÌ *
<b>Yogurt di soia alla frutta</b> Pasta olio evo e erbe aromatiche Polpettine di legumi panate Julienne di finocchi, arancio e olive nere <b>Dolce privo di latte e uova</b>	<b>Yogurt di soia alla frutta</b> Riso alla crema di zafferano/ Riso in salsa aurora Knell di legumi Carote prezzemolate all'olio <b>Frutta di stagione</b>	<b>Yogurt di sia alla frutta</b> Passato di verdure e legumi con orzo Lenticchie in umido Purè vegan di patate <b>Frutta di stagione</b>	<b>Yogurt di soia alla frutta</b> Pasta al la salsa di pomodoro e olive verdi Burger ai ferri di legumi Bieta all'olio aromatico <b>Dolce privo di latte e uova</b>
GIOVEDÌ	GIOVEDÌ	GIOVEDÌ	GIOVEDÌ
<b>Spremuta di arancia fresca e fette biscottate</b> Passato di verdure con miglio Tofu alla griglia Purea di zucca <b>Frutta di stagione</b>	<b>Spremuta di arancia fresca e fette biscottate</b> ♣Pasta al ragù vegetale e basilico con besciamella di legumi e pinoli Julienne di finocchi e carote <b>Frutta di stagione</b>	<b>Spremuta di arancia fresca e fette biscottate</b> Pasta alla crema di legumi e noci Legumi in salsa di verdure Fagiolini e patate lesse <b>Frutta di stagione</b>	<b>Spremuta di arancia fresca e fette biscottate</b> Passato di fagioli e verdure con farro Cannellini brasati Carote in julienne <b>Frutta di stagione</b>
VENERDÌ *	VENERDÌ *	VENERDÌ *	VENERDÌ *
<b>Yogurt di soia alla frutta</b> Riso in salsa di pomodoro, verdure e legumi Cannellini brasati Carote in insalata julienne <b>frutta di stagione</b>	<b>Yogurt di soia alla frutta</b> Crema di legumi e verdure con pastina Piselli al pomodorino Insalata e radicchio <b>Frutta di stagione</b>	<b>Yogurt di soia alla frutta</b> Crema di verdure di stagione con riso Polpettine di legumi Insalata verde, finocchi e pomodori <b>Frutta di stagione</b>	<b>Yogurt di soia alla frutta</b> Pasta olio EVO e pinoli Knell di legumi Julienne di finocchi e arance <b>Frutta di stagione</b>

♣ Piatto unico \*sono previste due somministrazioni a settimana di pane integrale biologico

La merenda della mattina è prevista solo per la scuola dell'infanzia

\*\* La spremuta di arancia fresca bio secondo disponibilità del prodotto, in mancanza frutta di stagione

Il menu si completa di grammature per fasce d'età e ricettario.

È disponibile il menu con allergeni per la consultazione degli utenti

AZIENDA SANITARIA TERRITORIALE DI ANCONA

U.O.C. Igiene Alimenti e Nutrizione

Dott.ssa Beatrice Sartini

Dietista