



# COMUNE DI SENIGALLIA

## *Menù per la dieta vegana*

### *Primavera - Estate 2025-2026*



1° SETTIMANA	2° SETTIMANA	3° SETTIMANA	4° SETTIMANA
<b>LUNEDÌ</b>	<b>LUNEDÌ</b>	<b>LUNEDÌ</b>	<b>LUNEDÌ</b>
<b>Frutta fresca**</b> Pasta al pesto rosso e pinoli <i>(pomodoro fresco, basilico, olio evo, pinoli, aglio)</i> Piselli stufati Pomodori in insalata <b>Frutta di stagione</b>	<b>Frutta fresca**</b> ♣ Pizza al pomodoro e rosmarino/ cipolla con hummus di ceci Fagiolini alla menta <b>Frutta di stagione</b>	<b>Frutta fresca**</b> Pasta al sugo di pomodoro e olive verdi Insalata di legumi Zucchine arrosto <b>Frutta di stagione</b>	<b>Frutta fresca**</b> Pasta olio EVO e erbe aromatiche Burger di legumi Carote prezzemolate all'olio <b>Frutta di stagione</b>
<b>MARTEDÌ*</b>	<b>MARTEDÌ*</b>	<b>MARTEDÌ*</b>	<b>MARTEDÌ*</b>
<b>Frutta fresca**</b> Passato di verdure e legumi con orzo Cotoletta impanata di patate e legumi Patate sabbiose <b>Frutta di stagione</b>	<b>Frutta fresca**</b> Crema di carote, verdure e legumi con riso Burger di lenticchie Purè vegan di patate e porro <b>Frutta di stagione</b>	<b>Frutta fresca**</b> Crema di verdure con miglio Burger di legumi e zucchine ai ferri Patate al rosmarino <b>Frutta di stagione</b>	<b>Frutta fresca**</b> Insalata mista di stagione ♣Lasagne vegan al forno alla crema di ceci <b>Frutta di stagione</b>
<b>MERCOLEDÌ</b>	<b>MERCOLEDÌ</b>	<b>MERCOLEDÌ</b>	<b>MERCOLEDÌ</b>
<b>Yogurt di soia alla frutta</b> Pasta pomodoro e basilico Purea di lenticchie Bietole in padella <b>Frutta di stagione</b>	<b>Yogurt di soia alla frutta</b> Pasta olio EVO e erbe aromatiche Cotoletta di legumi Insalata, cetrioli e pomodori <b>Frutta di stagione</b>	<b>Yogurt di soia alla frutta</b> Pasta olio EVO e erbe aromatiche Polpettine di legumi panate Pomodori in insalata <b>Frutta di stagione</b>	<b>Yogurt di soia alla frutta</b> Passato di verdure e legumi con riso Crostino olio EVO, pomodoro fresco e erbe aromatiche Piselli all'olio evo <b>Gelato alla soia</b>
<b>GIOVEDÌ</b>	<b>GIOVEDÌ</b>	<b>GIOVEDÌ</b>	<b>GIOVEDÌ</b>
<b>Frutta fresca**</b> Pasta al pomodoro e verdure Knell di legumi Carote in insalata julienne <b>Frutta di stagione</b>	<b>Frutta fresca**</b> Insalata estiva di farro <i>(pomodoro fresco, carote, olive, olio evo, pinoli)</i> Fagioli cannellini stufati Julienne di carote <b>Gelato alla soia</b>	<b>Frutta fresca**</b> Pasta al pomodoro, basilico e noci Piselli stufati pomodori gratinati <b>Frutta di stagione</b>	<b>Frutta fresca**</b> Pasta alla crema di zucchine Polpettine di legumi Pomodori e cetrioli <b>Frutta di stagione</b>
<b>VENERDÌ*</b>	<b>VENERDÌ*</b>	<b>VENERDÌ*</b>	<b>VENERDÌ*</b>
<b>Yogurt di soia alla frutta</b> Insalata di riso <i>(pomodoro fresco, carote, rucola, olio evo, noci)</i> Piselli al pomodoro Insalata mista <b>Frutta di stagione</b>	<b>Yogurt di soia alla frutta</b> Pasta alle melanzane Lenticchie in umido Pomodori in insalata <b>Frutta di stagione</b>	<b>Yogurt di soia alla frutta</b> Fregola pomodoro e verdure Cotoletta impanata di patate e legumi Insalata e cetrioli <b>Frutta di stagione</b>	<b>Yogurt di soia alla frutta</b> Pasta al pesto <i>(basilico, olio evo, pinoli, aglio)</i> Tofu alla griglia Insalata mista di stagione <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

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