

MENU' AUTUNNO – INVERNO 2022 - 2023 INFANZIA – ELEMENTARI – MEDIE

1° LUNEDI'	2° LUNEDI'	3° LUNEDI'	4° LUNEDI'
POLENTA DI MAIS FORMAGGELLA DI MONTAGNA E CASOLET VERDURE DI STAGIONE FRUTTA KM 0 TIPO MELA PANE	PASTA AL POMODORO E OLIVE LEGUMI (***) INSALATA DI FAGIOLI E CECI CAVOLFIOR GRATINATO FRUTTA DI STAGIONE PANE	FOCACCIA MARGHERITA * INSALATA FRUTTA DI STAGIONE PANE	SEDANINI INTEGRALI ALLE ZUCCHINE PRIMO SALE CAROTE JULIENNE FRUTTA DI STAGIONE PANE
1° MARTEDI'	2° MARTEDI'	3° MARTEDI'	4° MARTEDI'
FUSILLI OLIO E PARMIGIANO POLPETTE DI MANZO IN UMIDO FAGIOLINI * FRUTTA DI STAGIONE PANE	CREMA DI PATATE CON CROSTINI SCALOPPINA DI POLLO AL LIMONE VERDURA TRICOLORE * AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE PANE	MINISTRONE DI VERDURE ARROSTO DI FESA DI TACCHINO PATATE/ PURE' DI PATATE FRUTTA BIOLOGICA TIPO ARANCIA PANE	POLENTA MANZO ALL'OLIO INSALATA FRUTTA DI STAGIONE PANE
1° MERCOLEDI'	2° MERCOLEDI'	3° MERCOLEDI'	4° MERCOLEDI'
PASSATO DI VERDURA * CON CROSTINI HAMBURGER DI MANZO PATATE ARROSTO FRUTTA	MEZZE PENNE AL PESTO (**) ROSA CAMUNA INSALATA FRUTTA DI STAGIONE PANE	FUSILLI AL RAGU' LEGUMI (***) PISELLI IN UMIDO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASSATO DI LEGUMI POLLO ALLA CACCIATORA PATATE ARROSTO FRUTTA DI STAGIONE PANE
1° GIOVEDI'	2° GIOVEDI'	3° GIOVEDI'	4° GIOVEDI'
GNOCCHI AL POMODORO PLATESSA * ALLA MUGNAIA CAROTE JULIENNE FRUTTA DI STAGIONE PANE	FAGIOLINI * ALL'OLIO LASAGNE ALLA BOLOGNESE FRUTTA DI STAGIONE PANE	RISOTTO ALLA PARMIGIANA PLATESSA * AL LIMONE BROCCOLETTI E CAROTE AL FORNO FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA OLIO E PARMIGIANO FRITTATA ALLE ERBETTE * FAGIOLINI* FRUTTA DI STAGIONE PANE
1° VENERDI'	2° VENERDI'	3° VENERDI'	4° VENERDI'
RISOTTO ALLO ZAFFERANO FRITTATA ALLE VERDURE VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	RISOTTO/ ORZOTTO ALLA ZUCCA * TILAPPIA * ALLA PIZZAIOLA CAROTE JULIENNE FRUTTA DI STAGIONE PANE	MEZZE PENNE AL TONNO POLPETTE DI LEGUMI CAROTE COTTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	RISOTTO AL RADICCHIO PERSICO * AL PREZZEMOLO CAROTE JULIENNE FRUTTA DI STAGIONE PANE

(*) uno o più ingredienti potrebbero essere surgelati/congelati all'origine

(**) PESTO fresco: basilico, olio extra vergine di oliva, parmigiano/pecorino, pinoli o confezionato senza aglio, in vetro

(***) LEGUMI (fagioli, piselli, lenticchie, ceci.): possono essere serviti tali e quali con olio o con pomodoro, oppure sotto forma di polpette/ burger/ hummus

→ MENU' A KM 0 → MENU' BIOLOGICO

PESCE: deve essere assicurata una accurata deliscatura

VERDURE MISTE: offrire possibilmente due verdure a pasto, assicurando almeno 3 differenti prodotti alla settimana, alternando VERDURE CRUDE e COTTE – condire solo con olio extra vergine di oliva

N.B. Le patate, per il loro contenuto in amido, non vanno considerate verdure, quindi devono essere somministrate solo quando specificate nel menù, prevedendo sempre anche un contorno di verdure.

crostini ottenuti esclusivamente da pane comune tostato

FRUTTA: assicurando almeno 3 differenti prodotti alla settimana, meglio se distribuita a metà mattina e di tanto in tanto alternarla con MACEDONIA DI FRUTTA FRESCA

Si utilizzano solo : **PREPARATO PER BRODO VEGETALE** senza glutammato, **SALE IODATO**, **PANE A RIDOTTO CONTENUTO DI SALE e OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA** sia per condimenti a crudo che per la cottura