



MENU' INVERNALE per le SCUOLE DELL'INFANZIA E PRIMARIA DI PIURO

17/09/2024

1° LUNEDI'	2° LUNEDI'	3° LUNEDI'	4° LUNEDI'
PASTA AL RAGU' VEGETALE FORMAGGI MISTI VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO POLPETTE DI LEGUMI AL FORNO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA DI FARRO AL PESTO (*) RICOTTA VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA INTEGRALE AL RAGU' VEGETALE FESA DI TACCHINO AGLI AROMI VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE
1° MARTEDI'	2° MARTEDI'	3° MARTEDI'	4° MARTEDI'
VERDURE MISTE LASAGNE AL RAGU' DI CARNE DI VITELLONE O AL RAGU' DI LEGUMI FRUTTA DI STAGIONE PANE	ORZOTTO CON PISELLI POLLO ARROSTO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	POLENTA SPEZZATINO DI VITELLONE CON CAROTE E PISELLI VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	VERDURE MISTE PIZZOCCHERI O PASTA E FAGIOLI FRUTTA DI STAGIONE PANE
1° MERCOLEDI'	2° MERCOLEDI'	3° MERCOLEDI'	4° MERCOLEDI'
RISOTTO ALLO ZAFFERANO O ALLA ZUCCA FRITTATA DI VERDURE al forno VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	VERDURE MISTE PIZZA MARGHERITA FRUTTA DI STAGIONE PANE	RISO E LENTICCHIE FRITTATA al forno VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	RISOTTO ALLA PARMIGIANA BOCCONCINI DI POLLO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE
1° GIOVEDI'	2° GIOVEDI'	3° GIOVEDI'	4° GIOVEDI'
FRULLATO DI VERDURA con crostini LONZA DI MAIALE al forno PATATE AL FORNO o PUREA DI PATATE FRUTTA DI STAGIONE PANE	RISO CON CREMA DI PEPERONI SCALOPPINE DI TACCHINO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	ZUPPA DI ORZO BOCCONCINI DI POLLO al forno VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA CON RAGU' DI TONNO (**) BURGER DI LEGUMI AL FORNO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE
1° VENERDI'	2° VENERDI'	3° VENERDI'	4° VENERDI'
PASTA IN BIANCO FILETTI DI PESCE (da specificare) ALLA LIVORNESE VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA AL RAGU' VEGETALE FILETTI DI PESCE (da specificare) AL VAPORE AL LIMONE VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	RAVIOLETTI IN BRODO POLPETTE DI PESCE (da specificare) al forno VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	FRULLATO DI VERDURE FILETTI DI PESCE (da specificare) GRATINATI AL FORNO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE

(*) **PESTO** fresco: basilico, olio extravergine di oliva, parmigiano/ pecorino, pinoli o confezionato senza aglio, in vetro (**) **TONNO**: al naturale, confezionato in vetro

PESCE: deve essere assicurata un'adeguata deliscatura

VERDURE MISTE: offrire due verdure a pasto, assicurando almeno 3 differenti prodotti alla settimana, alternando verdure crude e cotte. Condire solo con olio EVO

Le **PATATE**, per il loro contenuto in amido, non sono considerate verdure; devono essere somministrate solo quando specificate nel menù.

I **LEGUMI**, per il loro contenuto in proteine, non sono considerati verdure; devono essere somministrati solo quando specificati nel menù.

FRUTTA: seguire la stagionalità e assicurare almeno 3 differenti prodotti alla settimana. La frutta può essere distribuita a metà mattina e di tanto in tanto può essere alternata con macedonia di frutta fresca, senza zucchero aggiunto

CROSTINI: ottenuti esclusivamente da pane tostato

TORTA DELLA CUOCCA: (margherita, allo yogurt, mele/frutta..) massimo 1 VOLTA AL MESE per festeggiare i compleanni e non a fine pasto, in sostituzione della frutta.

Utilizzo di solo **PREPARATO PER BRODO VEGETALE** senza glutammato, **PANE A RIDOTTO CONTENUTO DI SALE** e **OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA** sia per condimento a crudo che per la cottura