



## MENU' SCUOLA PRIMARIA DI PRATA CAMPORTACCIO

28/09/2020

1° LUNEDI'	2° LUNEDI'	3° LUNEDI'	4° LUNEDI'
GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO O IN BIANCO (*) FORMAGGI MISTI VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	PIZZOCCHERI DI TEGLIO O GNOCCHI AL CUCCHIAIO anche di zucca PROSCIUTTO COTTO senza polifosfati VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	RISO E PISELLI FORMAGGI MISTI VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	RISOTTO allo ZAFFERANO/ZUCCA prosciutto cotto SENZA POLIFOSFATI VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE
1° MARTEDI'	2° MARTEDI'	3° MARTEDI'	4° MARTEDI'
PASTA AL RAGU' VEGETALE ARISTA DI MAIALE al forno VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	RISOTTO ALLA PARMIGIANA FILETTI DI MERLUZZO gratinati al forno VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA AL RAGU' VEGETALE ARROSTO DI TACCHINO al forno VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA IN BIANCO (*) FRITTATA al forno VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE
1° MERCOLEDI'	2° MERCOLEDI'	3° MERCOLEDI'	4° MERCOLEDI'
RISOTTO ALLO ZAFFERANO/ZUCCA FILETTI DI PESCE al pomodoro o gratinato al forno VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA AL RAGU' DI TONNO al naturale BOCCONCINI DI POLLO al forno VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	RAVIOLI RICOTTA E SPINACI al pomodoro o in bianco (*) FILETTI DI PESCE al pomodoro o gratinato al forno VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	GNOCCHI ALLA ROMANA FILETTI DI PESCE dorati al forno VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE
1° GIOVEDI'	2° GIOVEDI'	3° GIOVEDI'	4° GIOVEDI'
VERDURE MISTE LASAGNE o PASTA PASTICCIAIA al ragù di carne di vitellone FRUTTA DI STAGIONE PANE	VERDURE MISTE PIZZA MARGHERITA FRUTTA DI STAGIONE PANE	VERDURE MISTE PASTA PASTICCIAIA O CRESPELLE AL PROSCIUTTO COTTO senza polifosfati FRUTTA DI STAGIONE PANE	POLENTA O PURE' DI PATATE SPEZZATINO DI VITELLONE CON VERDURE FRUTTA DI STAGIONE PANE

(\*) condito solo con **OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA**

**PESCE:** deve essere assicurata una accurata deliscatura. Saranno somministrati a rotazione: merluzzo, platessa, nasello.

**VERDURE MISTE:** offrire possibilmente due verdure di stagione a pasto, assicurando almeno 3 differenti prodotti alla settimana, alternando VERDURE CRUDE e COTTE – condire con olio extra vergine di oliva. **N.B. Le patate,** per il loro contenuto in amido, non vanno considerate verdure e devono essere somministrate solo quando specificate nel menù (bollite o arrosto)

**FRUTTA:** assicurare almeno 3 differenti prodotti di stagione alla settimana. Può essere distribuita a metà mattina e alternata saltuariamente con macedonia di frutta fresca senza l'aggiunta di zucchero

**TORTA della cuoca** (torta margherita, torta allo yogurt, torta di mele/frutta o con confettura) può essere prevista **una volta al mese** per festeggiare i compleanni, meglio se offerta all'intervallo di metà mattina o a merenda, ma mai in sostituzione della frutta fresca prevista al pasto.

**Utilizzo esclusivo e quotidiani di : 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.**