



MENU' ESTATE INSIEME 2023

Settimana – 12/16 giugno – 28/1° settembre

Spuntino: FRUTTA

Lun. Pasta al pomodoro, frittata con zucchine, fagiolini

Spuntino: FRUTTA

Mar. Risotto allo zafferano, bastoncini di pesce, pomodori in insalata

Spuntino: TORTA

Mer. Pasta olio e parmigiano, polpette di verdura, zucchine trifolate

Spuntino: FRUTTA

Gio. Insalata, riso pilaf e pollo Picasso

Spuntino: FRUTTA

Ven. Insalata di farro con piselli e pomodorini, ½ raz. asiago, carote

Settimana – 19/23 giugno – 4/8 settembre

Spuntino: FRUTTA

Lun. Pasta al pesto, pesce gratinato, fagiolini

Spuntino: YOGURT

Mar. Risotto alla parmigiana, uova strapazzate, mix di verdura

Spuntino: FRUTTA

Mer. Pasta al ragù di verdure, fesa di tacchino julienne, carote julienne

Spuntino: FRUTTA

Gio. Insalata, focaccia, ½ raz. prosciutto cotto e ½ raz. asiago

Spuntino: FRUTTA

Ven. Pasta integrale alle olive, bocconcini di pollo al limone, pomodori in insalata

Settimana – 26/30 giugno

Spuntino: FRUTTA

Lun. Risotto alla barbabietola, frittata al formaggio, insalata mista

Spuntino: FRUTTA

Mar. Pasta al tonno, bocconcini di pollo gratinati, biette

Spuntino: TORTA

Mer. Pasta e piselli, polpette di verdura, insalata

Spuntino: FRUTTA

Gio. Pasta al pomodoro, pesce agli aromi, carote al vapore

Spuntino: FRUTTA

Ven. Insalata, pizza, gelato

Settimana - 3/7 luglio

Spuntino: FRUTTA

Lun: Pasta agli aromi, bocconcini di merluzzo gratinato, insalata mista

Spuntino: YOGURT

Mar: Carote julienne, patate, tacchino alla pizzaiola

Spuntino: FRUTTA

Mer: Gnocchetti sardi ricotta e pomodoro, uova sode, fagiolini

Spuntino: FRUTTA

Gio: Pasta al pesto, scaloppine la limone, mix di verdura al forno

Spuntino: FRUTTA

Ven: Insalata di riso alle verdure, primo sale, pomodori in insalata

Settimana – 10/14 luglio

Spuntino: FRUTTA

Lun: Risotto alla parmigiana, bocconcini di pollo gratinati, mix di verdure

Spuntino: FRUTTA

Mar: Pasta integrale alla Portofino, uova strapazzate al formaggio, fagiolini

Spuntino: FRUTTA

Mer: Insalata, pizza

Spuntino: TORTA

Gio: Risotto agli agrumi, cotoletta di pesce, pomodori in insalata

Spuntino: FRUTTA

Ven: Pasta al ragù di lenticchie, provolone dolce ½ raz., insalata mista

Settimana – 17/21 luglio

Spuntino: FRUTTA

Lun: Fusilli zafferano e zucchine, frittata con spinaci, mix di verdure

Spuntino: YOGURT

Mar: Risotto al pomodoro, tonno, insalata verde

Spuntino: FRUTTA

Mer: Pasta integrale al pesto fresco di zucchine, tortino di ceci e carote, fagiolini

Spuntino: FRUTTA

Gio: Insalata di riso con verdure, polpettone di tacchino, carote

Spuntino: FRUTTA

Ven: Risotto ai piselli, crocchette di verdura, pomodori in insalata

Settimana – 24/28 luglio

Spuntino: FRUTTA

Lun: Risotto allo zafferano, merluzzo agli aromi, mix di verdure

Spuntino: FRUTTA

Mar: Pasta alla ricotta, bocconcini di pollo, zucchine

Spuntino: FRUTTA

Mer: Pasta integrale al tonno, mozzarella, pomodori in insalata

Comune di Garbagnate Milanese

Settore Servizi Educativi Culturali Sportivi

Ristorazione Scolastica

Spuntino: TORTA

Gio: Patate, cotoletta alla milanese, carote julienne

Spuntino: FRUTTA

Ven: Insalata, focaccia, ½ raz. prosciutto ½ razione formaggio e gelato

MERENDE POMERIDIANE:

Yogurt e biscotti

Pane e marmellata

Budino o gelato

The e torta

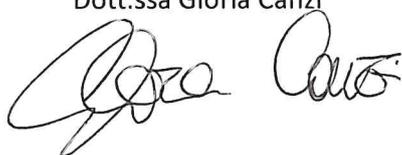
Succo di arance e focaccia

N.B.

- Gli alimenti saranno preparati e presentati come indicato nel documento: “Linee di indirizzo per la prevenzione al soffocamento da cibo” – www.salute.gov.it. Pertanto, i secondi piatti, i contorni crudi e cotti e la frutta saranno tritati, frullati o ridotti in piccoli pezzi in base alla tipologia**
- Il formato della pasta dovrà essere idoneo all’età dei consumatori
- Il pane è a ridotto contenuto di sale (1,7% riferito alla farina) e viene somministrato dopo il primo piatto alternando il pane comune al pane integrale;
- Pasta all’uovo, Pasta e Ravioli: sono prodotti biologici e Km 0/filiera corta
- Orzo, farro e pasta: sono prodotti biologici
- Bresaola della Valtellina IGP, Prosciutto crudo Dop, Prosciutto cotto alta qualità: sono prodotti bio
- Grana Padano, Casera, Provolone dolce e Montasio sono formaggi DOP
- Il Parmigiano Reggiano è DOP
- Yogurt Bio
- Ortaggi e verdure fresche: i prodotti comunemente utilizzati sono biologici e a filiera corta es: carote, zucchine, ecc.
- Frutta: pesche e Kiwi a lotta integrata, Ananas e Banana: del mercato equo solidale
- Il Pesce surgelato/congelato: è un prodotto proveniente da pesca sostenibile
- Per il condimento dei cibi, sono utilizzati, a crudo olio extra vergine di oliva e sale iodato
- I contorni seguiranno andamento stagionale
- Il menù potrà subire, saltuariamente, delle modifiche
- Prodotti congelati/surgelati: Verdure per contorni cotti e minestre, pesce, gelato, pasta per lasagne, ravioli
- La merenda sarà erogata agli iscritti al post-scuola comunale.
- Nella giornata di somministrazione della focaccia e dei piatti “unici”, come prima portata sarà distribuito il contorno;
- Il riso pilaf sarà servito unitamente al pollo/tacchino con le verdure
- Le patate saranno servite come porzione di carboidrato al posto del primo piatto

Biologa Nutrizionista

Dott.ssa Gloria Canzi



Il Direttore di Settore Servizi Educativi
Culturali Sportivi

Dott.ssa Lorenza Tenconi



Il Sindaco

Dott. Daniele Davide Barletta



Comune di Garbagnate Milanese
Settore Servizi Educativi Culturali Sportivi
Ristorazione Scolastica