



## 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

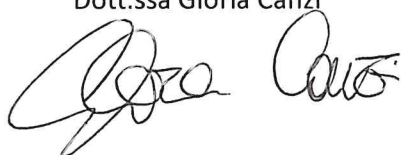
Succo di arance e focaccia

**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](http://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

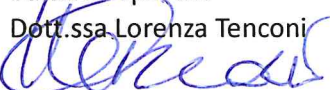
Biologa Nutrizionista

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