

MENU' INVERNALE SCUOLE PRIMARIE ANNO SCOLASTICO 2023 – 2024 – NO LATTE

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Settimane 30/10 25/12 19/2	Spuntino: frutta	Spuntino: FRUTTA	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta
	Pasta agli aromi*	Risotto alla zucca *	Pastina *	Pasta integrale al ragù di verdura*	Orzotto allo zafferano *
	PESCE*	Bocconcini di tacchino al limone	Polpette di pesce*	Pollo gratinato	Frittata alle zucchine *
	Carote julienne	Spinaci	Patate prezzemolate	Broccoli	Insalata verde
Settimane 6/11 1/1 26/2	Spuntino: frutta	Spuntino: DOLCE NO LATTE	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta
	Pasta integrale AL PESTO FRESCO DI ZUCCHINE*	Pasta al ragù di lenticchie *	Pasta al tonno *	Minestra di verdura con farro*	Pasta al pomodoro* / Pizza ROSSA* per Sc. Gramsci e Allende
	PESCE*	Polpette di verdura*	FRITTATA*	Pollo al limone	Pesce impanato
	Misto di verdura	Finocchi	Fagiolini	Patate al forno	Fagiolini
Settimane 13/11 8/1 4/3	Spuntino: frutta	Spuntino: FRUTTA	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta
	PASTA AL POMODORO*	RISO ALL'OLIO*	Pasta con crema di zucca *	Riso Pilaf / Pizza ROSSA* per Sc. Aldo Moro e Quinto Profili	Vellutata di piselli con pasta *
	Bastoncini di pesce non pre – fritti *	Arrostito di tacchino all'arancia	Uova strapazzate *	Bocconcini di pollo picasso	PESCE*
	Cavolfiore	Finocchi julienne	Fagiolini	Insalata verde	Patate al forno
Settimane 20/11 15/1 11/3	Spuntino: frutta	Spuntino: DOLCE NO LATTE*	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta
	Risotto allo zafferano*	Pappa al pomodoro* Pizza ROSSA per Sc. K.Wojtyla	Pasta e fagioli*	Gnocchetti sardi al PESTO FRESCO DI ZUCCHINE	Riso e prezzemolo *
	Frittata con spinaci *	Pollo agli aromi	Crocchette di verdura *	UOVA*	Bocconcini di merluzzo in umido
	Carote cotte	Insalata	Broccoli	Carote julienne	PATATE*
Settimane 27/11 22/1 18/3	Spuntino: frutta	Spuntino: DOLCE NO LATTE*	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta
	Pasta integrale alla pizzaiola *	Risotto curcuma e zucchine*	Pasta al POMODORO*	Carote	Crema di patate e porri con crostini *
	UOVA STRAPAZZATE*	Pollo agli agrumi	Tortino di ceci e carote*	Polenta	Merluzzo in umido
	Insalata	Mix di verdura	Spinaci	Bruscitt	Fagiolini

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Settimane	Spuntino: frutta	Spuntino: FRUTTA	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta

4/12 29/1 25/3	Pasta integrale alla Portofino *	Pastina *	Risotto alla barbabietola *	Crema di legumi con farro *	Pasta agli aromi *
	PESCE	Polpettone o hamburger di tacchino*	Frittata alle zucchine *	Bocconcini di pollo gratinato	Platessa impanata *
	Insalata	Patate	Carote julienne	Finocchi cotti	Cavolfiori
Settimane 11/12 5/2	Spuntino: frutta	Spuntino: DOLCE NO LATTE	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta
	RISO ALL'OLIO*	Crema di ceci con orzo*	Broccoli	Pasta al tonno *	Minestra di riso *
	Merluzzo gratinato	Hamburger di biette *	Pasta pasticciata al ragù di carne *	Uova strapazzate *	POLLO
	Fagiolini	Insalata		Carote julienne	Patate al forno
Settimane 18/12 12/2	Spuntino: frutta	Spuntino: DOLCE NO LATTE*	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta
	Pasta zafferano e zucchine *	Insalata	Vellutata di zucchine con crostini *	Orzotto al pomodoro *	Pasta al PESTO FRESCO DI ZUCCHINE*
	Bastoncini di pesce non pre-fritti	Lasagne al ragù di legumi*	Frittata alle patate	Pollo al limone	PESCE*
	Misto di verdura		Carote al vapore	Fagiolini	Finocchi

MERENDE

BUDINO NO LATTE	Pane e CONFETTURA	Tè E BISCOTTI	Focaccia e Tè	Pane e CONFETTURA
-----------------	-------------------	---------------	---------------	-------------------

GLI ALIMENTI AVENTI * SARANNO PREPARATI CON L'ASSENZA DI LATTE E SUOI DERIVATI.

GLI ALIMENTI SCRITTI IN STAMPATELLO INDICANO LE VARIAZIONI ADOTTATE AL MENU' CON ALIMENTI PRIVI DI LATTE E DERIVATI.

NB: durante l'anno le preparazioni potranno essere modificate in base alle disponibilità delle derrate fornita al centro cottura; garantendo comunque i requisiti richiesti dalla tipologia di dieta.

REDATTO DALLA DIETISTA