



MENU' AUTUNNO/INVERNO da ottobre a metà aprile

Giorno	Prima Settimana	Seconda Settimana	Terza Settimana	Quarta Settimana
Lunedì	Passato di verdure invernali con pastina Bocconcini di pollo Patate al forno	Pasta all'ortolana Spezzatino di tacchino con verdure Verdura cotta/cruda di stagione	PIATTO UNICO Pasta pasticciata Verdura cotta/cruda di stagione Yogurt alla frutta o dolce	Pasta all'olio Evo e grana Filetti di merluzzo al pomodoro Verdura cotta/cruda di stagione
Martedì	Pasta e ceci Frittata al forno con verdure invernali Verdura cotta/cruda di stagione	PIATTO UNICO Pasta e fagioli Verdura cotta/cruda di stagione Dolce o yogurt alla frutta	Pasta al pesto Straccetti di pollo dorati al mais Verdura cotta/cruda di stagione	Passato di verdure invernali con pastina Lonza di maiale al latte Patate al forno o purè
Mercoledì	PIATTO UNICO Pizza Margherita Verdura cotta/cruda di stagione Yogurt alla frutta o dolce	Risotto al radicchio rosso Lenticchie in umido Polenta	Vellutata di patate e porri con pastina Filetto di platessa dorata al forno Verdura cotta/cruda di stagione	Risotto alla parmigiana Polpette di legumi Verdura cotta/cruda di stagione
Giovedì	Risotto ai porri Filetti di merluzzo al forno Verdura cotta/cruda di stagione	Crema di carote con orzo Polpettine di manzo in umido Verdura cotta/cruda di stagione	Risotto alla zucca Asiago Verdura cotta/cruda di stagione	Focaccia al rosmarino Straccetti di tacchino Verdura cotta/cruda di stagione
Venerdì	Gnocchi di patate al pomodoro Caciotta fresca Verdura cotta/cruda di stagione	Pasta all'olio Evo e grana Crocchette di merluzzo gratinate al forno Verdura cotta/cruda di stagione	Pasta al pomodoro e piselli Frittata al forno con verdure invernali Verdura cotta/cruda di stagione	PIATTO UNICO Pasta al pomodoro e ricotta Verdura cotta/cruda di stagione Dolce o Yogurt alla frutta

Per le grammature dei singoli prodotti si fa riferimento alle

“LINEE GUIDA PER IL MIGLIORAMENTO DELLA QUALITÀ NUTRIZIONALE NELLA RISTORAZIONE SCOLASTICA

Ad ogni pranzo viene distribuito **pane fresco**.

Frutta del mattino: viene utilizzata solo frutta fresca di stagione. Proposta a rotazione tra: mela, pera, arancia, kiwi, banana...

Verdure: viene proposta solo verdura fresca di stagione. Viene cotta al tegame, al vapore o cruda e può variare a seconda delle disponibilità. A rotazione tra: cavolfiori, finocchi, radicchio rosso, porri, zucca, verze, cappuccio verde, carote, spinaci, biette, insalata ecc.

Merenda del pomeriggio a rotazione tra: pane e marmellata, frutta fresca invernale, latte e biscotti, pane e Nocciolata, torta fatta dalla cuoca, crackers ...