

MENU INVERNALE 2023	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1° settimana	fusilli integrali al pesto lenticchie, zucchine al forno	risotto al pomodoro, merluzzo in umido, finocchi	vellutata di carote con farro uovo sodo, fagiolini	cous cous con pomodorini e olive ceci e insalata verde	Brodo vegetale con pastina torta salata ricotta e spinaci
2° settimana	farfalle integrali pomodoro e basilico, primo sale, zucchine	Risotto alla zucca, nasello, pomodori	passato di verdure con crostini, uovo strapazzato, carote grattugiate	burger di lenticchie, fagiolini, brodo vegetale con stelline	cetrioli e peperoni in pinzimonio, spezzatino tacchino, purè di patate o polenta
3° settimana	mezze penne olio e grana, polpette di ceci, finocchi	Risotto allo zafferano, polpette di pesce, zucchine	pastina in brodo vegetale, frittata, biete	gnocchetti di patate al pomodoro e basilico, piselli in umido, broccoletti al vapore	Carote grattugiate, Pizza margherita TORTA MENSILE DEI COMPLEANNI
4° settimana	farfalle integrali ai broccoli, ricotta, fagiolini	orzotto al pomodoro, merluzzo al forno, biete	vellutata di zucchine con crostini, polpette di carne, finocchi	Ravioli di magro, medaglioni ceci, carote grattugiate	pasta e fagioli, insalata verde + mais e pomodorini

MENU ESTIVO 2024	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1° settimana	Pasta integrale pomodoro e basilico Crescenza Fagiolini	Coscia di pollo Patate arrosto Insalata verde e carote grattugiate	Crema di cannellini con farro Uova strapazzate Finocchi	Pasta zafferano Medaglioni di lenticchie Zucchine	Risotto agli asparagi Filetto di pesce Pomodori
2° settimana	Gnocchi di patate al pomodoro e basilico Mozzarella Carote	Risotto alla parmigiana Ceci con rosmarino Fagiolini	Pasta all'olio Spezzatino di tacchino Insalata verde	Pasta integrale al pesto Uova sode Pinzimonio di verdure	Crema di verdura con farro Pesce al forno Patate
3° settimana	Cous cous con pomodorini e olive frittata Finocchi in insalata	Pastina in brodo vegetale Torta salata ricotta e spinaci	Ravioli burro e salvia Medaglioni di ceci Insalata	Pasta integrale al pesto Medaglioni di merluzzo Carote	Risotto al pomodoro straccetti di pollo Zucchine
4° settimana	Insalata di pasta con tonno, pomodorini, mais Fagiolini in insalata	Orzotto allo zafferano Tortino di legumi Insalata verde	Pizza margherita Carote in insalata TORTA MENSILE DEI COMPLEANNI	Pasta con zucchine Pesce al forno Fagiolini	Pastina in brodo vegetale Polpette di carne Peperoni crudi



- ✓ AI MATTINO come SPUNTINO VIENE OFFERTA FRUTTA DI STAGIONE (mela + una o due varietà al giorno)
- ✓ Al pasto viene servito PANE semi integrale a basso contenuto di sale e ACQUA di rete

MERENDE per chi frequenta il DOPO SCUOLA:

- **LUNEDI** torta all'acqua
 - **MARTEDI** mousse di frutta 100%
 - **MERCOLEDI** yogurt frutta
 - **GIOVEDI** frutta fresca di stagione
 - **VENERDI** crackers senza sale e succo arancia 100%
-
- ✓ Le informazioni circa la presenza di sostanze o prodotti che provocano allergie o intolleranze sono disponibili rivolgendosi al personale di riferimento della cucina.
 - ✓ I menù sono validi per l'anno scolastico 2023-24. Sono stati revisionati nel mese di luglio 23 in collaborazione con Marazzi Sas
 - ✓ Menu invernale sarà in vigore dal mese di settembre 23 al mese di marzo 24
 - ✓ Menù estivo sarà in vigore da aprile a luglio 24
 - ✓ In caso di allergia, intolleranza, dieta etica o religiosa rivolgersi alla coordinatrice