

SCUOLA DELL'INFANZIA G. VAIARINI DI NADRO – SCUOLA PRIMARIA DI CETO

MENU' PRIMAVERA-ESTATE (dal mese di marzo)

02/02/2024

1° LUNEDI'	2° LUNEDI'	3° LUNEDI'	4° LUNEDI'
PASTA AL SUGO VEGETALE PETTO DI POLLO AGLI AROMI VERDURE MISTE PANE INTEGRALE FRUTTA DI STAGIONE	VERDURE MISTE PIZZA MARGHERITA PANE FRUTTA DI STAGIONE	PASTA ALL'OLIO BOCCONCINI DI TACCHINO PISELLI PANE INTEGRALE FRUTTA DI STAGIONE	PASTA AL SUGO DI VERDURE LONZA AL LIMONE VERDURE MISTE PANE FRUTTA DI STAGIONE
1° MARTEDI'	2° MARTEDI'	3° MARTEDI	4° MARTEDI'
RAVIOLI DI RICOTTA E SPINACI BURGER DI LEGUMI VERDURE MISTE PANE FRUTTA DI STAGIONE	GNOCCHI AL POMODORO RICOTTA O PRIMO SALE VERDURE MISTE PANE FRUTTA DI STAGIONE	RISO AL POMODORO UOVA STRAPAZZATE FAGIOLINI PANE FRUTTA DI STAGIONE	PASTA AL PESTO DI ZUCCHINE SOGLIOLA AL FORNO VERDURE MISTE PANE FRUTTA DI STAGIONE
1° MERCOLEDI'	2° MERCOLEDI'	3° MERCOLEDI'	4° MERCOLEDI'
PASTA AL PESTO FRITTATA FAGIOLINI PANE FRUTTA DI STAGIONE	PASTA INTEGRALE AL POMODORO FESA DI TACCHINO AL FORNO VERDURE MISTE PANE FRUTTA DI STAGIONE	PASTA AL TONNO POLPETTE DI MERLUZZO VERDURE MISTE PANE FRUTTA DI STAGIONE	PASTINA IN BRODO POLPETTE DI TACCHINO CON PISELLI VERDURE MISTE PANE FRUTTA DI STAGIONE
1° GIOVEDI'	2° GIOVEDI'	3° GIOVEDI'	4° GIOVEDI'
CREMA DI VERDURE CON CROSTINI POLPETTE DI MANZO VERDURE MISTE PANE FRUTTA DI STAGIONE	INSALATA DI RISO/ ORZO/ FARRO CON TONNO E VERDURE PANE FRUTTA DI STAGIONE	LASAGNE AL RAGU' DI CARNE O AL RAGU' DI LEGUMI VERDURE MISTE PANE FRUTTA DI STAGIONE	GNOCCHI DI PATATE MOZZARELLA CAPRESE PANE FRUTTA DI STAGIONE
1° VENERDI'	2° VENERDI'	3° VENERDI'	4° VENERDI'
RISOTTO ALLA PARMIGIANA POLPETTE DI PESCE CAROTE JULIENNE PANE FRUTTA DI STAGIONE	LASAGNE DI VERDURE INSALATA PANE MOUSSE DI MELA	PASSATO DI LEGUMI FORMAGGI MISTI PURE' DI PATATE PANE FRUTTA DI STAGIONE	RISOTTO GIALLO BURGER DI LEGUMI INSALATA E MAIS PANE FRUTTA DI STAGIONE

(**) **TONNO** al NATURALE, confezionato in vetro (***) **PESTO** fresco: basilico, olio extra vergine di oliva, parmigiano/pecorino, pinoli o confezionato senza aglio, in vetro

PESCE: deve essere assicurata una accurata deliscatura

VERDURE MISTE: offrire possibilmente due verdure a pasto, assicurando almeno 3 differenti prodotti alla settimana, alternando VERDURE CRUDE E COTTE – condire solo con olio extra vergine di oliva

N.B. le patate, per il contenuto in amido, non vanno considerate verdure, quindi devono essere somministrate solo quando specificate nel menù, prevedendo sempre anche un contorno di verdure.

FRUTTA: assicurando almeno 3 differenti prodotti alla settimana, meglio se distribuita a metà mattina e di tanto in tanto alternarla con MACEDONIA DI FRUTTA FRESCA, senza aggiunta di zucchero **TORTA della cuoca** (torta margherita, torta allo yougur, torta di mele/frutta o con confettura) **1 VOLTA AL MESE** per festeggiare compleanni, meglio proposta all'intervallo di metà mattina, ma mai in sostituzione della frutta fresca prevista al pasto.

Si utilizzano solo: **PREPARATO PER BRODO VEGETALE** senza glutammato, **SALE IODATO, PANE A RIDOTTO CONTENUTO DI SALE** e (*) **OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA** sia per condimenti a crudo che per la cottura.