

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

## MENU' AUTUNNO-INVERNO (dal mese di ottobre)

02/02/2024

1° LUNEDI'	2° LUNEDI'	3° LUNEDI'	4° LUNEDI'
MINISTRA DI ORZO E PREZZEMOLO SCALOPPINE DI POLLO E LIMONE VERDURE MISTE PANE INTEGRALE FRUTTA DI STAGIONE	PASTA AL SUGO DI VERDURE POLLO AGLI AROMI VERDURE MISTE PANE FRUTTA DI STAGIONE	PASTA AL RAGU' MOZZARELLA VERDURE MISTE PANE INTEGRALE FRUTTA DI STAGIONE	RAVIOLI RICOTTA E SPINACI ROLLE' DI FRITTATA PATATE AL FORNO PANE FRUTTA DI STAGIONE
1° MARTEDI'	2° MARTEDI'	3° MARTEDI	4° MARTEDI'
PASTA IN BIANCO POLPETTE DI LEGUMI VERDURE MISTE PANE FRUTTA DI STAGIONE	RISOTTO ALLA ZUCCA POLPETTE DI PESCE VERDURE DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE	GNOCCHI ALLA ROMANA INSALATA DI LEGUMI VERDURE DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE	PASTINA IN BRODO/ PASTINA IN BIANCO COSCE DI POLLO/ POLLO AGLI AROMI VERDURE DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE
1° MERCOLEDI'	2° MERCOLEDI'	3° MERCOLEDI'	4° MERCOLEDI'
RAVIOLI DI RICOTTA E SPINACI FESA DI TACCHINO AL FORNO VERDURE MISTE PANE FRUTTA DI STAGIONE	SPEZZATINO DI VITELLONE POLENTA E PISELLI VERDURE MISTE PANE FRUTTA DI STAGIONE	VERDURE MISTE PIZZA MARGHERITA INSALATA DI STAGIONE PANE MACEDONIA/ MOUSSE DI FRUTTA	CREMA DI VERDURE E LEGUMI POLPETTE DI TACCHINO PATATE PANE FRUTTA DI STAGIONE
1° GIOVEDI'	2° GIOVEDI'	3° GIOVEDI'	4° GIOVEDI'
LASAGNE AL RAGU' INSALATA VERDE PANE FRUTTA DI STAGIONE	PASSATO DI VERDURA CON CROSTINI UOVA STRAPAZZATE VERDURE DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE	PASTA INTEGRALE AL POMODORO SCALOPPINE ALLA PIZZAIOLA VERDURE DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE	PASTA AL TONNO POLPETTE DI MERLUZZO VERDURE DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE
1° VENERDI'	2° VENERDI'	3° VENERDI'	4° VENERDI'
RISOTTO GIALLO SOGLIOLA AL FORNO VERDURE MISTE PANE FRUTTA DI STAGIONE	TORTELLINI IN BRODO FORMAGGI PATATE PREZZEMOLATE PANE FRUTTA DI STAGIONE	RISOTTO CON PISELLI SOGLIOLA AL FORNO VERDURE DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE	GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO FORMAGGIO VERDURE MISTE 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.