

MENU INVERNALE

SCUOLE SECONDARIE DEL COMUNE DI CASALE MONFERRATO
DIETA GENERALE NO CARNE



1
SETTIMANA

2
SETTIMANA

3
SETTIMANA

4
SETTIMANA

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì
PRIMI	Risotto al pomodoro Riso in bianco	Penne con zucchine Penne in bianco	Pizza pomodoro	Crema di Fagioli con crostini Riso in bianco
SECONDI	Frittatina con spinaci	FORMAGGIO FRESCO	Pasta in bianco Tonno* all'olio	FRITTATA SEMPLICE
CONTORNI	Carote al vapore Insalata mista Frutta di stagione	Insalata verde Fagiolini Frutta di stagione	Zucchine al vapore Carote julienne Frutta di stagione	Insalata Mista Carote al vapore Frutta di stagione
PRIMI	Pasta al pesto Pasta in bianco	Risotto con crema di piselli Riso in bianco	Crema di verdure con pasta Pasta in bianco	Pasta agli aromi Pasta in bianco
SECONDI	FRITTATA SEMPLICE	TONNO ALL'OLIO	Formaggio Spalmabile Fagiolini all'olio	Frittata di Patate e Carote Finocchi julienne
CONTORNI	Cavolo verza julienne Zucchine all'olio Frutta di stagione	Erbette al vapore Finocchi Julienne Frutta di stagione	Purè di Patate Frutta di stagione	Cavolfiori all'olio
PRIMI	Pasta INTEGRALE all'ortolana Pasta in bianco	Farfalle al tonno e zucchine Pasta in bianco	Crema di verdure con riso Riso in bianco	Tortiglioni al Pomodoro Pasta in bianco
SECONDI	Frittata con zucchine e carote	Crocchette di merluzzo in umido	TONNO ALL'OLIO	Crescenza
CONTORNI	Spinaci al vapore Insalata Mista Frutta di stagione	Insalata verde Zucchine trifolate Frutta di stagione	Insalata Mista Purea di patate Frutta di stagione	Carote al vapore Insalata Mista Frutta di stagione
PRIMI	Chicche al pomodoro Pasta in bianco	Risotto all'ortolana Riso in bianco	Crema di ceci	Pizza margherita
SECONDI	FORMAGGIO FRESCO	TONNO ALL'OLIO	Riso in bianco	Pasta in bianco
CONTORNI	Finocchi Julienne Fagiolini all'olio Frutta di stagione	Carote Cotte Insalata mista Frutta di stagione	Frittata al Formaggio Spinaci saltati Carote julienne Frutta di stagione	Mozzarella* Insalata Mista Zucchine al vapore Frutta di stagione

* Mezza porzione

Il secondo e il contorno saranno accompagnati da pane bianco, una volta/settimana il pane bianco sarà sostituito da PANE INTEGRALE.

Per i refettori che non aderiscono all'iniziativa "LA SCUOLA..DA FRUTTI!", il pasto si concluderà con frutta o dessert.



Giornata vegetariana



Piatto tipico piemontese



Pizza o focaccia