









MENU AUTUNNALE

SCUOLE PRIMARIE III - IV - V CLASSI DEL COMUNE DI CASALE MONFERRATO

DIETA GENERALE NO TUTTE LE CARNI

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	
1 SETTIMANA	PRIMI	Farfalle ai broccoli	Risotto alla zucca	Pizza margherita 	Zuppa di lenticchie con riso	Conchiglie al pomodoro
	SECONDI	Frittata al formaggio	TONNO ALL'OLIO	Mozzarella*	FRITTATA SEMPLICE	Polpette di merluzzo e patate
	CONTORNI	Fagiolini al vapore 	Cavolfiori all'olio	Spinaci all'olio	Patate al forno	Carote al vapore
		Insalata mista	Insalata verde e finocchi	Insalata di carote	Purea di patate	Insalata di radicchio e cavolo cappuccio
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	
2 SETTIMANA	PRIMI	Cellentani all'ortolana	PASTA ALL'OLIO	Fusilli INTEGRALI al pesto	Risotto al pomodoro	Crema di carote con farro
	PRIMI	FRITTATA SEMPLICE	Crescenza*	Crocchette di merluzzo	Frittata con zucchine	TONNO ALL'OLIO 
	SECONDI	Biete saltate	Carote all'olio	Zucchine all'olio	Insalata verde	Zucca e patate al vapore
	CONTORNI	Finocchi julienne	Insalata di cavolo cappuccio	Insalata rossa e carote	Carote julienne	Patate al forno
Frutta di stagione		Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	
3 SETTIMANA	PRIMI	Farfalle tonno e zucchine	Crema di patate e piselli	Risotto alla milanese	Passato di verdure con crostini	Penne al pesto
	SECONDI	FRITTATA SEMPLICE	Crescenza	TONNO ALL'OLIO	FORMAGGIO FRESCO	Burger di merluzzo, patate e olive
	CONTORNI	Carote all'olio	Zucca al forno	Spinaci all'olio	Purea di patate	Zucchine trifolate
		Insalata mista	Insalata verde e pomodoro	Insalata verde e carote	Patate al forno	Carote julienne
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	
4 SETTIMANA	PRIMI	Pizza al pomodoro 	Riso all'ortolana	Crema di patate e piselli	Ravioli del plin burro e salvia 	Fusilli INTEGRALI alle zucchine
	SECONDI	Mozzarella	TONNO ALL'OLIO	FRITTATA SEMPLICE	Polpette di merluzzo e zucchine 	Sformato di patate e piselli
	CONTORNI	Spinaci all'olio	Insalata verde	Patate al prezzemolo	Carote all'olio	Broccoletti al vapore
		Finocchi al vapore	Insalata di fagiolini e patate	Purea di patate	Insalata radicchio e pomodoro	Finocchi in insalata
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	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