MENU INVERNALE

CLASSI III- IV- V SCUOLA PRIMARIA DEL COMUNE DI CASALE MONFERRATO

DIETA GENERALE NO LATTE E DERIVATI (NO PARMIGIANO)

		Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1 SETTIMANA	PRIMI	**Risotto al pomodoro NO LATTE** Riso in bianco	**Penne con zucchine NO LATTE** Pennette in bianco	Pizza pomodoro Pasta in bianco	**Crema di Fagioli con crostini NO LATTE** Riso in bianco	Fusilli al pomodoro Gnocchetti sardi in bianco
	SECONDI	**Frittatina con spinaci NO LATTE**	Bocconcini di pollo al limone	Tonno* all'olio	Lonza al forno	**Burger di merluzzo patate e olive NO LATTE**
	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	Spinaci saltati Carote julienne Frutta di stagione
2 SETTIMANA	PRIMI	**PASTA ALL'OLIO**	**RISO CON PISELLI NO LATTE**	Crema di verdure con pasta Pasta in bianco	Pasta agli aromi Pasta in bianco	Polenta Riso in bianco
	SECONDI	Prosciutto Cotto	Fettina di pollo dorata	**TONNO ALL'OLIO**	**Frittata di Patate e Carote NO LATTE**	**Polpette di merluzzo in umido NO LATTE**
	CONTORNI	Cavolo verza julienne Zucchine all'olio Frutta di stagione	Erbette al vapore Finocchi Julienne Frutta di stagione	**Fagiolini all'olio** Frutta di stagione	Finocchi julienne Cavolfiori all'olio Frutta di stagione	Spinaci all'olio Insalata Mista Frutta di stagione
3 SETTIMANA	PRIMI	Pasta INTEGRALE all'ortolana Pasta in bianco	**Farfalle tonno e zucchine NO LATTE** Pasta in bianco	Crema di verdure con riso Riso in bianco	Tortiglioni al Pomodoro Pasta in bianco	**RISO ALL'OLIO**
	SECONDI	**Frittata con zucchine e carote NO LATTE**	**Crocchette di merluzzo in umido NO LATTE**	Scaloppina di pollo al forno	**TONNO ALL'OLIO**	Arrosto di maiale
	CONTORNI	Spinaci al vapore Insalata Mista Frutta di stagione	Insalata verde Zucchine trifolate Frutta di stagione	**Insalata Mista** Frutta di stagione	Carote al vapore Insalata Mista Frutta di stagione	**Verdura cotta NO LATTE** Finocchi Julienne Frutta di stagione
4 SETTIMANA	PRIMI	**PASTA ALL'OLIO**	**RISO ALL'ORTOLANA NO LATTE**	**Crema di ceci NO LATTE** Riso in bianco	**PIZZA AL POMODORO** Pasta in bianco	**PASTA ALL'OLIO**
	SECONDI	Prosciutto Cotto	Bocconcini di manzo al Forno	**Frittata SEMPLICE**	**TONNO ALL'OLIO**	**Burger di merluzzo gratinato NO LATTE**
	CONTORNI	Finocchi Julienne Fagiolini all'olio Frutta di stagione	Carote Cotte Insalata mista Frutta di stagione	Spinaci saltati Carote julienne Frutta di stagione	Insalata Mista Zucchine al vapore Frutta di stagione	Patate al forno Insalata Mista 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**