

MENU INVERNALE

DIETA GENERALE NO POLLO E TACCHINO -



		Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1 SETTIMANA	PRIMI	Risotto al pomodoro Riso in bianco	Pennette con zucchine Pennette in bianco	Pizza pomodoro 	Crema di Fagioli con crostini Riso in bianco	Gnocchetti Sardi al pomodoro Gnocchetti sardi in bianco
	SECONDI CONTORNI	Frittatina con spinaci Carote al vapore Insalata mista Frutta di stagione Merenda : Pane e Cioccolata	 FORMAGGIO FRESCO Insalata verde Fagiolini Frutta di stagione Merenda : Frutta	Zucchine al vapore Carote julienne Frutta di stagione Merenda : Crostatina	Lonza al forno Insalata Mista Carote al vapore Frutta di stagione Merenda : Banana	Burger di merluzzo patate e olive Spinaci saltati Carote julienne Frutta di stagione Merenda : Budino
2 SETTIMANA	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	Polenta Riso in bianco
	SECONDI CONTORNI	Prosciutto Cotto Cavolo verza julienne Zucchine all'olio Frutta di stagione Merenda : Frutta	TONNO ALL'OLIO Erbette al vapore Finocchi Julienne Frutta di stagione Merenda : Crostatina	Formaggio Spalmabile Fagiolini all'olio  Purè di Patate Frutta di stagione Merenda : The e Biscotti	Frittata di Patate e Carote Finocchi julienne Cavolfiori all'olio  Frutta di stagione Merenda : Budino	Polpette di merluzzo in umido  Spinaci all'olio Insalata Mista Frutta di stagione Merenda : Mousse di frutta
3 SETTIMANA	PRIMI	Pasta INTEGRALE all'ortolana Pasta in bianco	Farfalline tonno e zucchine Pasta in bianco	Crema di verdure con riso Riso in bianco	Sedanini al Pomodoro Pasta in bianco	Risotto alla milanese Riso in bianco
	SECONDI CONTORNI	Frittata con zucchine e carote Spinaci al vapore Insalata Mista Frutta di stagione Merenda : Crostatina	Crocchette di merluzzo in umido Insalata verde Zucchine trifolate Frutta di stagione Merenda : The e Crackers 	TONNO ALL'OLIO Insalata Mista Purea di patate Frutta di stagione Merenda : Banana	 Crescenza Carote al vapore Insalata Mista Frutta di stagione Merenda : Budino	Arrostato di maiale Verdura cotta Finocchi Julienne Frutta di stagione Merenda : Frutta
4 SETTIMANA	PRIMI	Chicche al pomodoro Pasta in bianco	Risotto all'ortolana  Riso in bianco	Crema di ceci Riso in bianco	 Pizza margherita Pasta in bianco	Pasta INTEGRALE con pesto Pasta in bianco
	SECONDI CONTORNI	Prosciutto Cotto Finocchi Julienne Fagiolini all'olio Frutta di stagione Merenda : Frutta	Bocconcini di manzo al Forno Carote Cotte Insalata mista Frutta di stagione Merenda : Budino	Frittata al Formaggio Spinaci saltati  Carote julienne Frutta di stagione Merenda : Plumcake	Mozzarella* Insalata Mista Zucchine al vapore Frutta di stagione Merenda : Succo e Crackers	Burger di merluzzo gratinato Patate al forno Insalata Mista Frutta di stagione Merenda : Mousse di frutta

* 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