

## MENU' PRIMAVERA – ESTATE (settembre – ottobre- 12 aprile – maggio – giugno) SCUOLE DELL'INFANZIA – IL SENTIERO

22/08/2022

1° LUNEDI'	2° LUNEDI'	3° LUNEDI'	4° LUNEDI'
GNOCCHI DI PATATE FILETTO DI PESCE VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE a ridotto contenuto di sale	PASTA AL POMODORO E BASILICO INSALATA DI LEGUMI VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE a ridotto contenuto di sale	PASTA AL PESTO (**) INSALATONA MISTA (verdure, tonno, formaggio) FRUTTA DI STAGIONE PANE a ridotto contenuto di sale	RISOTTO ALLA PARMIGIANA ROTOLO DI FRITTATA/ FARINATA DI CECI VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE a ridotto contenuto di sale
1° MARTEDI'	2° MARTEDI'	3° MARTEDI'	4° MARTEDI'
PASTA ALL'ITALIANA (mozzarella/ pomodoro) MACINATA DI CARNE AL FORNO/ HAMBURGER VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE a ridotto contenuto di sale	RISOTTO ALLO ZAFFERANO SCALOPPINE DI TACCHINO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE a ridotto contenuto di sale	SPATZLY/ GNOCCHI ALLA ROMANA POLPETTE VEGETARIANE CON LEGUMI VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE a ridotto contenuto di sale	RAVIOLI RICOTTA E SPINACI ½ MOZZARELLA VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE a ridotto contenuto di sale
1° MERCOLEDI'	2° MERCOLEDI'	3° MERCOLEDI'	4° MERCOLEDI'
RISOTTO CON VERDURE FORMAGGI MISTI VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE a ridotto contenuto di sale	PASTA CON VERDURE DI STAGIONE FRITTATA/ UOVO SODO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE a ridotto contenuto di sale	VERDURE MISTE PASTA AL RAGU' FRUTTA DI STAGIONE PANE a ridotto contenuto di sale	PASTA ALLO ZAFFERANO FILETTO DI PESCE AL LIMONE VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE a ridotto contenuto di sale
1° GIOVEDI'	2° GIOVEDI'	3° GIOVEDI'	4° GIOVEDI'
VERDURE MISTE LASAGNE VERDI ALLE VERDURE FRUTTA DI STAGIONE PANE a ridotto contenuto di sale	POLENTA/ PURE' BOCCONCINI DI POLLO AL FORNO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE a ridotto contenuto di sale	RISOTTO ALLE ZUCCHINE ARROSTO AL FORNO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE a ridotto contenuto di sale	VERDURE MISTE PIZZA MARGHERITA FRUTTA DI STAGIONE PANE a ridotto contenuto di sale
1° VENERDI'	2° VENERDI'	3° VENERDI'	4° VENERDI'
PASTA IN BIANCO CROCCHETTE DI VERDURE E LEGUMI VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE a ridotto contenuto di sale	RISO IN BIANCO/ POMODORO FILETTO DI PESCE DORATO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE a ridotto contenuto di sale	VELLUTATA DI VERDURE CON ORZO FILETTO DI PESCE VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE a ridotto contenuto di sale	PASTA ALLE ZUCCHINE STRACCETTI DI POLLO AL FORNO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE a ridotto contenuto di sale

(\*) TONNO AL NATURALE, confezionato in vetro (\*\*) PESTO fresco: basilico, olio extravergine di oliva, parmigiano/ pecorino, pinoli o confezionato senza aglio, in vetro

**PASTA:** a rotazione sarà servita integrale

**PESCE:** deve essere assicurata una adeguata deliscatura. Le tipologie di pesce servite sono: sogliola, platessa, nasello, merluzzo, trota..

**FORMAGGIO:** grana, ricotta, mozzarella, crescenza, primosale, asiago..

**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 loro 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

**TORTA della cuoca** (torta margherita, torta allo yogurt, torta di mele/frutta o con confettura) **1 VOLTA AL MESE** per festeggiare i compleanni

**ACQUA:** di rete

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

