

MENU' INVERNALE – Scuola Primaria “Don Primo Lucchinetti” e Secondaria di I Grado “M.C. Turchi” Istituto Comprensivo Paritario “Pio XII”

30/08/2023

1° LUNEDI'	2° LUNEDI'	3° LUNEDI'	4° LUNEDI'
RISOTTO ARROSTO DI TACCHINO AL FORNO VERDURA DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE	PASTA AURORA (***) INTEGRALE POLLO AL FORNO VERDURA DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE	PASTA AL PESTO (*) FETTINE DI TACCHINO AL LIMONE VERDURA DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE	PASTA GRATINATA ALLA BESCIAPELLA (****) BOCCONCINI DI POLLO AL FORNO VERDURA DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE
1° MARTEDI'	2° MARTEDI'	3° MARTEDI'	4° MARTEDI'
ZUPPA DI LEGUMI E VERDURE STRACCETTI DI POLLO/ TACCHINO PATATE O PURE' DI PATATE PANE FRUTTA DI STAGIONE	PASSATO DI VERDURE ARROSTO DI TACCHINO PATATE PANE FRUTTA DI STAGIONE	RISO PATATE E PREZZEMOLO FORMAGGI MISTI VERDURA DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE	ZUPPA DI ORZO POLPETTONE DI CARNE VERDURA DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE
1° MERCOLEDI'	2° MERCOLEDI'	3° MERCOLEDI'	4° MERCOLEDI'
VERDURE MISTE LASAGNE AL RAGU' DI CARNE DI VITELLONE/ RAGU' DI LEGUMI PANE FRUTTA DI STAGIONE	VERDURE MISTE PIZZA MARGHERITA PANE MACEDONIA	POLENTA O PURE' SPEZZATINO DI VITELLONE CON CAROTE E PISELLI PANE FRUTTA DI STAGIONE	MIX DI VERDURE PIZZOCCHER/ PASTA E FAGIOLI PANE FRUTTA DI STAGIONE
1° GIOVEDI'	2° GIOVEDI'	3° GIOVEDI'	4° GIOVEDI'
PASTA POMODORO E BASILICO FRITTATA E PATATE AL FORNO VERDURE MISTE PANE MACEDONIA	RISOTTO ALLA PARMIGIANA POLPETTE DI LEGUMI AL FORNO VERDURA DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE	GNOCCHI AL POMODORO FRITTATA CON PATATE AL FORNO VERDURA DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE	RISOTTO BURGER DI LEGUMI VERDURA DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE
1° VENERDI'	2° VENERDI'	3° VENERDI'	4° VENERDI'
RISOTTO ALLA PARMIGIANA MERLUZZO AL POMODORO (**) SFORMATO DI VERDURE PANE FRUTTA DI STAGIONE	TAGLIATELLE IN BIANCO O AL POMODORO NASELLO AL FORNO (**) VERDURA DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE	PASTA AL RAGU' VEGETALE PESCE GRATINATO AL FORNO (**) VERDURA DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE	PASTA IN BIANCO O AL POMODORO TILAPIA/ PLATESSA AL FORNO (**) VERDURA DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE

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

(**) **TONNO**: al naturale, confezionato in vetro

(***) **PASTA AURORA**: pomodoro e besciamella light (no burro)

(****) **BESCIAPELLA**: latte, farina e sale

PESCE: deve essere assicurata una adeguata deliscatura

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