

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

22/03/2024

1° LUNEDI'	2° LUNEDI'	3° LUNEDI'	4° LUNEDI'
PASTA POMODORO E BASILICO ARROSTO DI LONZA VERDURA DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE	PASTA AL PESTO (*) SCALOPPINE AL LIMONE VERDURA DI STAGIONE PANE MACEDONIA	PASTA CON SUGO DI VERDURE COTOLETTA PANATA AL FORNO (****) VERDURA DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE	RISOTTO FORMAGGI MISTI VERDURA DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE
1° MARTEDI'	2° MARTEDI'	3° MARTEDI'	4° MARTEDI'
TAGLIATELLE IN BIANCO INSALATA DI LEGUMI VERDURE DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE	PASTA VEGETARIANA FORMAGGI MISTI VERDURE DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE	ZUPPA DI ORZO FRITTATA E PATATE AL FORNO VERDURA DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE	PASSATO DI VERDURE CON CROSTINI FETTINE DI POLLO VERDURE DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE
1° MERCOLEDI'	2° MERCOLEDI'	3° MERCOLEDI'	4° MERCOLEDI'
RISOTTO BOCCONCINI DI POLLO VERDURE DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE	RISOTTO ALLA PARMIGIANA FUSI DI POLLO AL FORNO VERDURA DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE	VERDURA DI STAGIONE PIZZA MARGHERITA PANE FRUTTA DI STAGIONE	GNOCCHI AL POMODORO ARROSTO VERDURA DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE
1° GIOVEDI'	2° GIOVEDI'	3° GIOVEDI'	4° GIOVEDI'
PASTA INTEGRALE ALLA PIZZAIOLA FORMAGGI MISTI VERDURE MISTE PANE MACEDONIA	VERDURA DI STAGIONE INSALATA DI PASTA CON FORMAGGIO, LEGUMI E VERDURINE PANE FRUTTA DI STAGIONE	RISOTTO ALLA PARMIGIANA POLPETTE DI LEGUMI VERDURE DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE	PASTA AURORA (***) POLPETTE VEGETALI VERDURA DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE
1° VENERDI'	2° VENERDI'	3° VENERDI'	4° VENERDI'
RISOTTO MERLUZZO AL POMODORO (**) VERDURE MISTE PANE FRUTTA DI STAGIONE	RISOTTO AL POMODORO NASELLO AL FORNO (**) VERDURA DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE	PASTA IN BIANCO MERLUZZO AL FORNO (**) VERDURA DI STAGIONE PANE FRUTTA DI STAGIONE	PASTA AL RAGU' VEGETALE PESCE GRATINATO 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)

(****) PANATURA: olio e pan grattato

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

