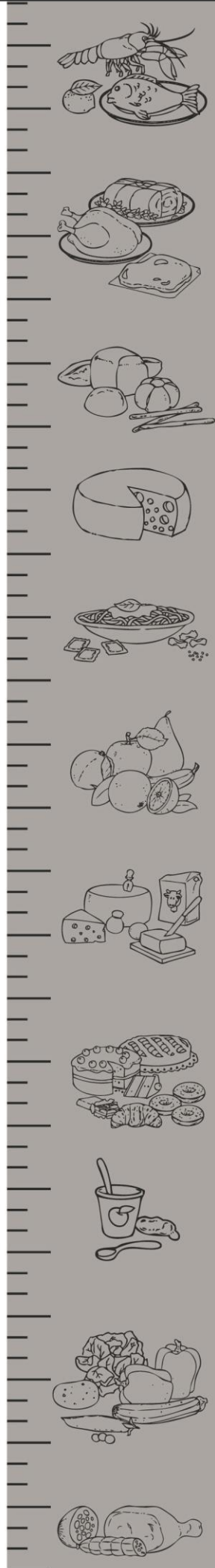


MENÙ E PROGRAMMA ALIMENTARE

Autunno - Inverno



Prima settimana	
Lunedì	Pasta al pomodoro Hamburger Verdura cotta Pane Frutta di stagione
Martedì	Pasta pomodoro e fagioli Stracchino. Verdura cruda Pane integrale Frutta di stagione
Mercoledì	Passato di verdura con pastina Spezzatino di vitello con patate Frutta di stagione
Giovedì	Pasta olio e parmigiano Pesce alla marinara Verdura cotta Pane Frutta di stagione
Venerdì	Risotto con porro Petto di pollo al limone Verdura cruda Pane integrale Frutta di stagione

Note al MENÙ

È consentito 1 cucchiaino (5 gr) di Parmigiano in aggiunta per il primo piatto, dove non è già indicato;

La verdura e la frutta possono essere scelte in base alla stagionalità dei prodotti; si raccomanda, comunque, di variare la scelta nel rispetto di un'alimentazione completa ed equilibrata. Si ricorda che patate e legumi (fagioli, ceci, fave, piselli, lenticchie) non sono "verdure" e pertanto non possono rappresentare un "contorno";

Si possono usare tranquillamente aromi (aglio, cipolla, pomodoro, rosmarino, succo di limone ecc.) per rendere più gradevoli le pietanze;

Il menù è diversificato tra invernale o estivo a seconda dei periodi dell'anno;

Il menù è diviso in 4 settimane distinte, 5 giorni a settimana, e deve essere seguito progressivamente senza necessariamente rispettare il calendario scolastico.

Seconda settimana	
Lunedì	Risotto al latte Pesce alla mugnaia Verdura cotta Pane integrale Frutta di stagione
Martedì	Pasta in salsa rosa Frittata-con verdure Verdura cruda Pane Frutta di stagione
Mercoledì	Passato di verdure Fettina di vitello in pizzaiola Patate lesse Frutta di stagione
Giovedì	Polenta al pomodoro Prosciutto cotto Verdura cotta Pane Frutta di stagione
Venerdì	Pasta con lenticchie Pollo arrosto Verdura cruda Pane integrale Frutta di stagione

Note al MENÙ

È consentito 1 cucchiaino (5 gr) di Parmigiano in aggiunta per il primo piatto, dove non è già indicato;

La verdura e la frutta possono essere scelte in base alla stagionalità dei prodotti; si raccomanda, comunque, di variare la scelta nel rispetto di un'alimentazione completa ed equilibrata. Si ricorda che patate e legumi (fagioli, ceci, fave, piselli, lenticchie) non sono "verdure" e pertanto non possono rappresentare un "contorno";

Si possono usare tranquillamente aromi (aglio, cipolla, pomodoro, rosmarino, succo di limone ecc.) per rendere più gradevoli le pietanze;

Il menù è diversificato tra invernale o estivo a seconda dei periodi dell'anno;

Il menù è diviso in 4 settimane distinte, 5 giorni a settimana, e deve essere seguito progressivamente senza necessariamente rispettare il calendario scolastico.

Terza settimana	
Lunedì	Pasta olio e parmigiano Prosciutto cotto/crudo Verdura cotta Pane Frutta di stagione
Martedì	Risotto pomodoro e piselli Pesce gratinato Pane integrale Verdura cruda Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pesto Polpette di vitello al pomodoro. Verdura cotta Pane Frutta di stagione
Giovedì	Pasta al pomodoro Stracchino Verdura cruda Pane integrale Frutta di stagione
Venerdì	Passato di ceci con pasta Straccetti di pollo Verdura cotta Pane Frutta di stagione

Note al MENÙ

È consentito 1 cucchiaino (5 gr) di Parmigiano in aggiunta per il primo piatto, dove non è già indicato;

La verdura e la frutta possono essere scelte in base alla stagionalità dei prodotti; si raccomanda, comunque, di variare la scelta nel rispetto di un'alimentazione completa ed equilibrata. Si ricorda che patate e legumi (fagioli, ceci, fave, piselli, lenticchie) non sono "verdure" e pertanto non possono rappresentare un "contorno";

Si possono usare tranquillamente aromi (aglio, cipolla, pomodoro, rosmarino, succo di limone ecc.) per rendere più gradevoli le pietanze;

Il menù è diversificato tra invernale o estivo a seconda dei periodi dell'anno;

Il menù è diviso in 4 settimane distinte, 5 giorni a settimana, e deve essere seguito progressivamente senza necessariamente rispettare il calendario scolastico.

Quarta settimana	
Lunedì	Pasta ortolana Bastoncini di pesce al forno Verdura cotta Pane integrale Frutta stagione
Martedì	Pasta in salsa rosa Rollè di tacchino Verdura cruda Pane Frutta di stagione
Mercoledì	Passato di verdura Bocconcini di maiale Patate al forno Frutta di stagione
Giovedì	Lasagne al pomodoro Mozzarella Verdura cotta Pane Frutta di stagione
Venerdì	Risotto zucca gialla e piselli Frittata con verdure Verdura cruda Pane integrale Frutta di stagione

Note al MENÙ

È consentito 1 cucchiaino (5 gr) di Parmigiano in aggiunta per il primo piatto, dove non è già indicato;

La verdura e la frutta possono essere scelte in base alla stagionalità dei prodotti; si raccomanda, comunque, di variare la scelta nel rispetto di un'alimentazione completa ed equilibrata. Si ricorda che patate e legumi (fagioli, ceci, fave, piselli, lenticchie) non sono "verdure" e pertanto non possono rappresentare un "contorno";

Si possono usare tranquillamente aromi (aglio, cipolla, pomodoro, rosmarino, succo di limone ecc.) per rendere più gradevoli le pietanze;

Il menù è diversificato tra invernale o estivo a seconda dei periodi dell'anno;

Il menù è diviso in 4 settimane distinte, 5 giorni a settimana, e deve essere seguito progressivamente senza necessariamente rispettare il calendario scolastico.

Quinta settimana	
Lunedì	Pasta al pomodoro Pesce arrosto Verdura cruda Pane integrale Frutta di stagione
Martedì	Risotto agli spinaci Petto di pollo gratinato Verdura cotta Pane Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al ragù Mozzarella Verdura cruda Pane integrale Frutta di stagione
Giovedì	Pasta e fagioli Frittata con verdura Verdura cotta Pane Frutta di stagione
Venerdì	Gnocchi al pomodoro Roast beef di vitello Verdura cruda Pane Frutta di stagione

Note al MENÙ

È consentito 1 cucchiaino (5 gr) di Parmigiano in aggiunta per il primo piatto, dove non è già indicato;

La verdura e la frutta possono essere scelte in base alla stagionalità dei prodotti; si raccomanda, comunque, di variare la scelta nel rispetto di un'alimentazione completa ed equilibrata. Si ricorda che patate e legumi (fagioli, ceci, fave, piselli, lenticchie) non sono "verdure" e pertanto non possono rappresentare un "contorno";

Si possono usare tranquillamente aromi (aglio, cipolla, pomodoro, rosmarino, succo di limone ecc.) per rendere più gradevoli le pietanze;

Il menù è diversificato tra invernale o estivo a seconda dei periodi dell'anno;

Il menù è diviso in 4 settimane distinte, 5 giorni a settimana, e deve essere seguito progressivamente senza necessariamente rispettare il calendario scolastico.

Sesta settimana	
Lunedì	Pasta in salsa rosa Frittata con piselli Verdura cruda Pane Frutta di stagione
Martedì	Pasta olio-e parmigiano Bocconcini di tacchino Verdura cruda Pane integrale Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta e ceci Prosciutto crudo/cotto Verdura cotta Pane Frutta di stagione
Giovedì	Risotto al pomodoro Arista al forno Verdura cotta Pane integrale Frutta di stagione
Venerdì	Passato di verdure Polpettone di vitellone Patate al forno Frutta di stagione

Note al MENÙ

È consentito 1 cucchiaino (5 gr) di Parmigiano in aggiunta per il primo piatto, dove non è già indicato;

La verdura e la frutta possono essere scelte in base alla stagionalità dei prodotti; si raccomanda, comunque, di variare la scelta nel rispetto di un'alimentazione completa ed equilibrata. Si ricorda che patate e legumi (fagioli, ceci, fave, piselli, lenticchie) non sono "verdure" e pertanto non possono rappresentare un "contorno";

Si possono usare tranquillamente aromi (aglio, cipolla, pomodoro, rosmarino, succo di limone ecc.) per rendere più gradevoli le pietanze;

Il menù è diversificato tra invernale o estivo a seconda dei periodi dell'anno;

Il menù è diviso in 4 settimane distinte, 5 giorni a settimana, e deve essere seguito progressivamente senza necessariamente rispettare il calendario scolastico.