

Menù PRIMAVERA-ESTATE Scuola dell'infanzia, Sez primavera, Scuola primaria e personale scolastico - SIAN ASUR AV5

PRIMA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDI	Pasta integrale al pomodoro	Pasta integrale, pomodoro pelato , olio evo , cipolla, parmigiano grattugiato
	Mozzarella	
	Zucchine gratinate	Zucchine, pangrattato, olio evo
	Pane	
	Arance; Fragole; Pesche; Uva (solo primaria)	(Marzo-Aprile);(Aprile-Maggio);(Giugno- Settembre); (settembre-ottobre)
MARTEDI	Antipasto: Carote	Carote alla julienne
	Piatto unico: Pasta e fagioli cannellini	Pasta di semola , fagioli cannellini , pomodoro , sedano, carota , cipolla, parmigiano grattugiato, olio evo
	Patate lesse e prosciutto cotto	Patate , prosciutto cotto, uova, parmigiano grattugiato, pangrattato, olio evo
	Pane	
	Kiwi; Pesca; Uva solo primaria	(Aprile-ottobre) (Maggio-agosto-settembre) ; (Settembre-ottobre)
MERCOLEDI	Pasta alla crema di zucchine	Pasta di semola , zucchine, olio evo
	Frittata	Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Piselli	Piselli , olio evo
	Pane integrale	
	Mela ; Albicocche ; Melone	(Aprile, Maggio, Settembre e Ottobre) (albicocca e melone: Giugno)
GIOVEDI	Minestra di orzo perlato in brodo vegetale	Orzo perlato , brodo vegetale (bietola, zuccina, carota , cipolla, sedano e patata), olio evo , parmigiano grattugiato
	Petto di pollo	Petto di pollo, olio evo
	Insalata di finocchi	Finocchi, olio evo
	Pane	
	Pera ; Susina (Giugno-Settembre)	(Aprile-Maggio; Ottobre) ;(Giugno-Settembre)
VENERDI	Risotto al pomodoro	Riso pomodoro, carota , sedano, cipolla, aglio, polpa di pomodoro , olio evo ,parmigiano gr
	Filetto di platessa panato al forno	Filetto di Platessa surgelato, pangrattato, scorza di limone grattugiata, aglio, rosmarino, olio evo
	Insalata mista	Lattuga romana, carote , olio evo
	Pane	
	Macedonia	Mele , banana, pera e/o fragole, succo di limone;

SECONDA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta integrale olio e parmigiano	Pasta integrale, olio evo , parmigiano grattugiato
	Frittata al pomodoro	Uovo, pomodoro, cipolla, olio evo , parmigiano grattugiato, menta
	Insalata mista	Cetrioli e lattuga, olio evo
	Pane	
	Pera ; Albicocche	(Aprile-Maggio;Settembre-Ottobre) ; (Giugno)
MARTEDÌ	Zucchine gratinate	Zucchine, pangrattato, olio evo ;
	Piatto unico: Pasta con polpette di carne di manzo	Pasta di semola , carne di manzo macinata, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato
	Pane integrale	
	Mela ; Pesca	(Aprile-Maggio; Ottobre); (Giugno-Settembre)
MERCOLEDÌ	Pasta al sugo di legumi	Pasta di semola , fagioli cannellini e borlotti, pomodoro, olio evo , sedano, carote , cipolla, parmigiano gratt
	Filetto di merluzzo gratinato	Merluzzo, pangrattato, scorza di limone grattugiata, aglio, rosmarino, olio evo
	Insalata mista	Insalata, olio evo
	Pane	
	Banana; Uva (solo primaria)	(uva: Settembre-Ottobre)
GIOVEDÌ	Minestra di riso in brodo vegetale	Brodo vegetale, riso , olio evo , parmigiano gratt
	Bocconcini di tacchino	Tacchino, olio evo , rosmarino, aglio, patata
	Carote julienne	Carote , olio evo
	Pane integrale	
	Arancia; Pera ; Pesca	(Arancia:Marzo-Aprile); (Aprile-Maggio;Settembre-Ottobre); (Giugno-Luglio)
VENERDÌ	Pasta alla crema di pomodori e peperoni	Pasta di semola , pomodori e peperoni freschi, cipolla, olio evo , ricotta vaccina, parmigiano grattugiato
	Polpette di pesce al forno	Platessa, seppie, melanzane e carote fresche, mollica di pane, uovo, parmigiano gratt olio evo , prezzemolo, aglio, limone grattugiato, carota , cipolla, pomodoro, noce moscata
	Fagiolini	Fagiolini , olio evo
	Pane	
	Kiwi; Susina; Melone	(Aprile- Maggio e Ottobre); (Albicocca e Melone: Giugno-Settembre)

Menù PRIMAVERA-ESTATE Scuola dell'infanzia, Sez primavera, Scuola primaria e personale scolastico - SIAN ASUR AV5

TERZA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDI	Pasta integrale pomodoro e basilico	Pasta integrale, , pomodoro , olio evo , parmigiano gratt, basilico, aglio/cipolla
	Frittata	Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Insalata di pomodoro e/o finocchi	Pomodori e/o finocchi, olio evo
	Pane Integrale	
	Mela; Pesca	(Aprile-Maggio;Ottobre) ; (Giugno-Settembre)
MARTEDI	Passato di verdure con riso	Brodo vegetale con pomodoro, carote fresche , patate, zucchine fresche cipolla; riso, olio evo , parmigiano grattugiato
	Polpette di carne al pomodoro	Carne di manzo macinata, uovo, mollica di pane, latte, parmigiano grattugiato, olio evo , noce moscata Polpa di pomodoro , cipolla
	Zucchine	Zucchine, olio evo
	Pane	
	Kiwi; Melone	(Marzo-Maggio); (Giugno-Settembre)
MERCOLEDI	Verdure cotte	Fagiolini/pomodori arrosto, olio evo ; olio evo
	Piatto unico: Ravioli ripieni al pomodoro	Ravioli ripieni di ricotta e spinaci, pomodoro pelato , cipolla, olio evo , parmigiano grattugiato
	Pane <i>integrale</i>	
	Pera ;Albicocche	(Aprile-Maggio; Settembre-Ottobre); (Giugno)
GIOVEDI	Crema di zucca/zucchina e ceci	Zucca/zucchine , ceci , bietolina surgelata, cipolla, olio evo , parmigiano grattugiato
	Cotoletta di pollo al forno	Petto di pollo, uovo pangrattato, limone gratt, olio evo
	Carote	Carote , olio evo
	Pane	
	Fragole Pesca Kiwi	(Aprile-Maggio-Giugno) (Giugno e Settembre) (Ottobre)
VENERDI	Risotto con zucchine e zafferano	Riso , zucchine fresche, brodo vegetale, zafferano, aglio, cipolla, olio evo , prezzemolo
	Bocconcini di nasello con pomodorini	Nasello, pomodorini, olive nere denocciolate, aglio, olio evo
	Insalata mista	Carote , olio evo
	Pane	
	Macedonia	Pesca, susina, mela , nocciole in granella

QUARTA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta con melanzane	Pasta di semola , melanzane, olio evo
	Frittata con zucchine	Uovo, parmigiano grattugiato, latte,zucchine, limone grattugiato, olio evo
	Zucchine	Zucchine, olio evo
	Pane integrale	
	Mela; Albicocca	(Aprile-Maggio;settembre e Ottobre) ;(Albicocca:Giugno)
MARTEDÌ	Antipasto	Pane , olio evo e pomodoro
	Piatto unico: pasta e ceci	Pasta di semola), ceci , pomodoro, sedano, carota, cipolla, parmigiano grattugiato, olio evo
	Crocchette di patate	Patate , uovo, parmigiano grattugiato, pangrattato, olio evo
	Arancia; Fragole;melone/Susina	(Marzo); (Aprile-Maggio); (Giugno-Settembre);
MERCOLEDÌ	Pasta olio e parmigiano	Pasta di semola , olio evo , parmigiano grattugiato
	Polpette di pesce	Merluzzo , seppie, mollica di pane, uovo, parmigiano gratt olio evo , prezzemolo, aglio, limone grattugiato, carota , cipolla, pomodoro, noce moscata, pangrattato
	Insalata bicolore	Lattughino, radicchio rosso, olio evo
	Pane	
	Pera ; Albicocche	(Aprile-Maggio;Settembre-Ottobre) (Giugno-Luglio)
GIOVEDÌ	Passato di verdure con riso	Brodo vegetale con bietola, carote fresche, patate , sedano cipolla, riso, olio evo , parmigiano grattugiato
	Roast-beef	
	Insalata di Pomodori	Pomodori, olio evo
	Pane <i>integrale</i>	
	Mela ; Susina	(Aprile-Maggio; Ottobre) (Giugno-Settembre)
VENERDÌ	Pasta integrale con pomodorini e basilico	Pasta integrale, pomodorini, olio evo , basilico, parmigiano
	Caciotta	Caciotta
	Fagiolini	Fagiolini , olio evo
	Pane	
	Banana; Pesca	(Pesca: Giugno-Settembre)
	Dolce confezionato	

QUINTA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDI	Passato di verdure con riso	Brodo vegetale con pomodoro, carote , patate , zucchine,cipolla, riso,olio evo , parmigiano grattugiato
	Frittata	Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Insalata di pomodori	Pomodori, olio evo
	Pane integrale	
	Kiwi; Susina	(Aprile, Maggio e Ottobre); (Giugno-Settembre)
MARTEDI	Verdure gratinate	zucchine gratinate con pangrattato e olio evo
	PIATTO UNICO Pasta con polpette di manzo	Pasta di semola , carne di manzo macinata, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato
	Pane	
	Fragole; Pere	(aprile, Maggio Giugno, settembre) (Aprile-Maggio;Settembre-Ottobre)
MERCOLEDI	Pasta con olio e parmigiano	Pasta, olio evo , parmigiano grattugiato
	Cotoletta di mare	Filetto di platessa, pangrattato, scorza di limone grattugiata, aglio, rosmarino, olio evo
	Carote julienne	Carote , olio evo
	Pane	
	Macedonia	Pesca, fragole e/o arance, albicocche/kiwi e susine/prugne, succo di limone
GIOVEDI	Pasta con crema di fagioli e pomodori	Pasta di semola , pomodoro pelato , fagioli olio evo , parmigiano grattugiato
	Petto di pollo con zucchine	Petto di pollo, zucchine, olio evo
	Pane	
	Mela ; Pesca	(Aprile e Ottobre); (Maggio-Settembre)
VENERDI	Risotto alla pescatora	Riso , totani, seppie, vongole sgusciate, brodo vegetale, pomodoro , olio evo
	Polpette di pesce croccanti al forno	Filetti di merluzzo e seppie mollica di pane, uovo, parmigiano gratt olio evo , prezzemolo, aglio, limone grattugiato, carota , cipolla, pomodoro, noce moscata Pangrattato
	fagiolini	Fagiolini, olio evo
	Pane	
	Banana	