

COMUNE DI CISLAGO - A.S. 2025/2026 - SCUOLA PRIMARIA

MENU' AUTUNNALE VEGANO- DAL 06/10/2025



SETTIMANA	LUNEDI'		MARTEDI'		MERCOLEDI'		GIOVEDI'		VENERDI'	
1° settimana 03 11 2025	Riso all'inglese		PASTA AL POMODORO	1	PASTA ALL'OLIO		Pasta al pomodoro	1	Crema di carote con orzo	1
	PISELLI		FAGIOLI		LENTICCHIE		Burger di Ceci		TOFU AL POMODORO	6
	Insalata mista		Fagiolini* all'olio		Spinaci* all'olio		Finocchi in insalata		Broccoli* all'olio	
	Frutta fresca		Frutta fresca		Frutta fresca		Frutta fresca		Frutta fresca	
2° settimana 10 11 2025	Pasta integrale al pomodoro	1	Zuppa di legumi con pasta	1	Pasta con zucca*	1	Risotto allo zafferano	3,7	Pasta al pomodoro	1
	PISELLI				FAGIOLI		CECI		LENTICCHIE	
	Insalata verde		Patate all'olio		Erbette* all'olio		Fagiolini* al pomodoro		Julienne di carote crude	
	Frutta fresca		Frutta fresca		Frutta fresca		Frutta fresca		Frutta fresca	
3° settimana 17 11 2025	PASTA ALL'OLIO	1	Crema di zucca* con farro	1	Risotto alla parmigiana	3,7	Pasta al ragù di verdure	1	Pasta al pomodoro	1
	TOFU POMODORO	6	LENTICCHIE		CECI		PISELLI		Burger di borlotti	
	Insalata mista		Carote* all'olio		Fagiolini* all'olio		Cavolfiori* all'olio		Finocchi in insalata	
	PANNA COTTA	7	Frutta fresca		Frutta fresca		Frutta fresca		Frutta fresca	
4° settimana 24 11 2025	PASTA OLIO E SALVIA	1	Polenta di mais		Minestra di lenticchie con pasta integrale	1	Risotto alla zucca*	3,7	Pasta tricolore agli aromi	1
	TOFU AL POMODORO	6	LEGUMI IN UMIDO				PISELLI		FAGIOLI	
	Bis di verdure* (carote e cavolfiori)		Broccoli* all'olio		Patate al forno		Insalata mista con cavolo rosso		Insalata verde	
	Frutta fresca		Frutta fresca		Frutta fresca		Frutta fresca		Frutta fresca	
5° settimana 06 10 2025	Riso all'olio		Crema di verdura* con farro	1,9	Pasta al pomodoro	1	Pasta allo zafferano	1,7	Pasta all'olio	1
	PISELLI		FAGIOLI		LENTICCHIE		Burger di ceci o Ceci in umido		TOFU AL POMODORO	6
	Insalata mista		Patate al forno		Carote* all'olio		Finocchi in insalata		Broccoli* all'olio	
	Frutta fresca		Frutta fresca		Frutta fresca		Frutta fresca		Frutta fresca	
6° settimana 13 10 2025	PASTA ALL'OLIO	1	Risotto allo zafferano	3,7	Pasta al pomodoro e olive	1	Pasta all'olio e grana	1,3,7	Crema di patate con orzo	1
	PISELLI		Polpette di legumi al pomodoro		FAGIOLI		CECI		LENTICCHIE	
	Carote* all'olio		Spinaci* all'olio		Insalata verde		Fagiolini* all'olio		Finocchi in insalata	
	BUDINO AL CIOCCOLATO	7	Frutta fresca		Frutta fresca		Frutta fresca		Frutta fresca	
7° settimana 20 10 2025	Pasta al pomodoro	1	PASTA AL POMODORO	1	Riso all'olio		Crema di zucca* con pasta	1	PASTA INTEGRALE ALL'OLIO	1
	TOFU AL POMODORO	6	LENTICCHIE		CECI		PISELLI		Burger di legumi	
	Fagiolini* all'olio		Insalata verde e rossa		Broccoli* all'olio		Finocchi in insalata		Tris di verdure* (carote - fagiolini - cavolfiori)	
	Frutta fresca		Frutta fresca		Frutta fresca		Frutta fresca		Frutta fresca	
8° settimana 27 10 2025	Risotto al pomodoro	3,7	Pasta al ragù di verdure	1	Pasta all'olio	1	Crema di piselli* con riso		Pasta integrale al pomodoro	1
	TOFU AL POMODORO	6	CECI		LENTICCHIE				FAGIOLI	
	Insalata verde		Spinaci* all'olio		Fagiolini* all'olio		Patate al forno		Carote julienne	
	Frutta fresca		Frutta fresca		Frutta fresca		Frutta fresca		Frutta fresca	

Per la frutta vengono offerte a rotazione: mele gialle, mele rosse, pere, banane, arance, clementine.

Il pasto viene completato da una porzione di pane a ridotto contenuto di sale; 1v/sett viene offerto pane integrale

Legenda: * prodotto surgelato/congelato all'origine

Si informa che non è possibile escludere la presenza di allergeni per cross contamination dovuta ai processi di produzione e somministrazione.

LEGENDA ALLERGENI			
1 Cereali contenenti glutine	5 Arachidi e prodotti a base di arachidi.	9 Sedano e prodotti a base di sedano.	13 Lupini e prodotti a base di lupini.
2 Crostacei e prodotti a base di crostacei.	6 Soia e prodotti a base di soia	10 Senape e prodotti a base di senape.	14 Molluschi e prodotti a base di molluschi
3 Uova e prodotti a base di uova.	7 Latte e prodotti a base di latte (incluso lattos)	11 Semi di sesamo e prodotti a base di semi di sesamo.	
4 Pesce e prodotti della pesca	8 Frutta a guscio	12 Anidride solforosa e solfiti	