

SCUOLE PRIMARIE E SECONDARIE DI LUINO- DIETA VEGETARIANA

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1° settimana dal 27/10 al 31/10	Pasta integrale 1 al pomodoro 6 Provolone Valpadana 4 Finocchi in insalata 2 Pane 3 Frutta di stagione 2	Pasta 1 pasticciata con piselli 2 e formaggio 4 Formaggio 4 Insalata mista 2 Pane 3 Frutta di stagione 2	Passato di verdura*2 con crostini 3 Frittata 6 Patate al forno 2 Pane 3 Frutta di stagione 2	menù a tema	Risotto 1 allo zafferano Tortino di legumi 6 Insalata verde 2 Pane 3 Frutta di stagione 2
2° settimana dal 03/11 al 07/11	Pasta 1 al pomodoro 6 Asiago 4 Insalata 2 con mais*2 Pane 3 Frutta di stagione 2	Polenta 6 Polpette quinoa Carote 2 agli aromi Pane 3 Frutta di stagione 2	Risotto 1 all'ortolana 2 Formaggio 4 Tris di verdure* 2 Pane 3 Frutta di stagione 2	Crema di legumi 6 con farro 6 Frittata 6 Patate al forno 2 Pane 3 Frutta di stagione 2	Pasta 1 al pesto di broccoli*2 Lenticchie in umido Zucchine* 2 trifolate Pane 3 Frutta di stagione 2
3° settimana dal 10/11 al 14/11	Pasta 1 con le lenticchie 6 Montasio 4 (1/2 pz) Insalata verde 2 Pane 3 Frutta di stagione 2	Risotto 1 alla zucca 2 Hamburger vegetali Carote julienne 2 Pane 3 Frutta di stagione 2	Pasta integrale 1 al pomodoro 6 Omelette 6 Erbette* 2 Pane 3 Frutta di stagione 2	Pasta 1 Olio e Parmigiano 4 Polpette di lenticchie Fagiolini*2 Pane 3 Frutta di stagione 2	Tortellini di magro 5 al pomodoro 6 Mozzarella 4 Insalata mista 2 Pane 3 Frutta di stagione 2
4° settimana dal 17/11 al 21/11	Zuppa*2 di farro bio/orzo 1 Frittata 6 al Parmigiano 4 Fagiolini 2 Pane 3 Frutta di stagione 2	Pasta 1 in salsa aurora 6 Tortino di legumi 6 Macedonia di verdure*2 Pane 3 Frutta di stagione 2	Pasta 1 alla crema di zucchine*2 Mozzarella 4 Insalata mista 2 Pane 3 Frutta di stagione 2	Riso Basmati 1 Polpette vegetali al sugo Carote 2 agli aromi Pane 3 Frutta di stagione 2	Pasta 1 al pomodoro 6 e basilico Tortino di legumi Zucchine* 2 al forno Pane 3 Frutta di stagione 2
1° settimana dal 24/11 al 28/11	Pasta integrale 1 al pomodoro 6 Provolone Valpadana 4 Finocchi in insalata 2 Pane 3 Frutta di stagione 2	Pasta 1 pasticciata con piselli 2 e formaggio 4 Formaggio 4 Insalata mista 2 Pane 3 Frutta di stagione 2	Passato di verdura*2 con crostini 3 Frittata 6 Patate al forno 2 Pane 3 Frutta di stagione 2	Pasta 1 al pesto Polpette vegetali Fagiolini 2 Pane 3 Frutta di stagione 2	Risotto 1 allo zafferano Tortino di legumi 6 Insalata verde 2 Pane 3 Frutta di stagione 2

A ROTAZIONE, UNA VOLTA NELLE QUATTRO SETTIMANE VERRA' SERVITO IL SEGUENTE MENU': pizza margherita , formaggio mezza porzione, contorno del giorno, budino - 27/10 PRIMARIA MOTTE, VOLDOMINO; 10/11 PRIMARIA CREVA; 17/11 PRIMARIA LUINO, SECONDARIA; 24/11 PRIMARIA MOTTE, VOLDOMINO

- | | | | | |
|--|---|---|---|----------------------------------|
| 1. pasta di semola e cereali biologici | 4. formaggi biologici o filiera corta o dop, igp, pat | 7. FAO 27 o 37 | 10. carne suina biologica o filiera corta | olio EVO biologico 100% italiano |
| 2. ortaggi e frutta da agricoltura biologica o filiera corta | 5. filiera corta | 8. carne bovina produzione biologica o SQNZ | 11. salumi nazionali o biologici | * prodotto surgelato |
| 3. pane da filiera corta | 6. produzione biologica | 9. carne avicola produzione biologica o s/antibiotici | | |