

PRIMA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Brodo vegetale con pastina GF	<u>Pastina senza glutine</u> , brodo vegetale, parmig. gratt., olio evo
	Formaggio grana / robiola	Formaggio grana /Robiola
	Patate	Patate, olio evo, rosmarino
	Pane GF*	<u>Pane senza glutine</u>
	Frutta fresca di stagione**	Frutta fresca di stagione
MARTEDÌ	Riso con olio e parmigiano	Riso , parmigiano, olio evo
	Scaloppine di tacchino al limone	Tacchino , <u>farina senza glutine</u> , latte, limone, olio evo
	Insalata mista	Insalata mista
	Pane GF*	<u>Pane senza glutine</u>
	Frutta fresca di stagione**	Frutta fresca di stagione
MERCOLEDÌ	Pasta GF con ragù di fagioli borlotti o lenticchie rosse decorticate	<u>Pasta senza glutine</u> , fagioli borlotti/lenticchie rosse decorticate, pomodoro (pelato), erbe aromatiche (facoltative), olio evo
	Frittata	Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Finocchi	Finocchi, olio evo
	Pane GF*	<u>Pane senza glutine</u>
	Frutta fresca di stagione**	Frutta fresca di stagione
GIOVEDÌ	Piatto unico : Tortellini GF al pomodoro	<u>Tortellini senza glutine</u> , pomodoro pelato, cipolla, olio evo
	Spinaci	Spinaci, olio evo
	Pane GF*	<u>Pane senza glutine</u>
	Frutta fresca di stagione**	Frutta fresca di stagione
VENERDÌ	Riso al pomodoro	<u>Riso</u> , pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Filetto di platessa panato	Filetto di platessa, <u>pangrattato senza glutine</u> , scorza di limone grattugiata, aglio, rosmarino, olio evo
	Insalata	Insalata , olio evo
	Pane GF*	<u>Pane senza glutine</u>
	Frutta fresca di stagione**	Frutta fresca di stagione

NB le preparazioni possono essere variate secondo le "Raccomandazioni gestione menù scolastico"

*pane semintegrale 1- 2 volte/sett. In base alla fornitura

** variare 3-4 tipologie a settimane, alternando in base anche al grado di maturazione e alla stagionalità

SECONDA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Risotto al pomodoro	Riso, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Sformato di legumi	Lenticchie rosse decorticate, piselli, carote, patate, olio evo, parmigiano
	Insalata	Insalata , olio evo
	Pane GF*	<u>Pane senza glutine</u>
	Frutta fresca di stagione**	Frutta fresca di stagione
MARTEDÌ	Pasta GF con la zucca	<u>Pasta senza glutine</u> , zucca , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Bocconcini di pollo	Bocconcini di pollo, <u>pangrattato senza glutine</u> , olio evo
	Carote	Carote, olio evo
	Pane GF*	<u>Pane senza glutine</u>
	Frutta fresca di stagione**	Frutta fresca di stagione
MERCOLEDÌ	Brodo vegetale con riso	<u>Riso</u> , brodo vegetale, parmig. gratt., olio evo
	Frittata	Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Patate	Patate, olio evo, rosmarino
	Pane GF*	<u>Pane senza glutine</u>
	Frutta fresca di stagione**	Frutta fresca di stagione
GIOVEDÌ	PIATTO UNICO: pasta GF al pomodoro+ gratinata GF con caciotta/mozzarella/parmigiano <i>(Per l'infanzia ingredienti separati)</i>	<u>Pasta senza glutine</u> , pomodoro, parmigiano, olio evo , carota, cipolla, sedano Caciotta / Mozzarella / Parmigiano
	Insalata e finocchi	Insalata ,finocchi , olio evo
	Pane GF*	<u>Pane senza glutine</u>
	Frutta fresca di stagione**	Frutta fresca di stagione
VENERDÌ	Pasta olio e parmigiano	Pasta, parmigiano, olio evo
	Coda di rospo pomodorini e olive/Alici	Coda di rospo, pomodorini, olive nere o verdi, olio evo, aglio/Alici (sfilettate panate <u>con pangrattato senza glutine</u> o altra modalità)
	Spinaci	Spinaci, olio evo
	Pane GF* + Frutta fresca di stagione**	<u>Pane senza glutine</u> + Frutta fresca di stagione

NB le preparazioni possono essere variate secondo le "Raccomandazioni gestione menù scolastico"

*pane semintegrale 1- 2 volte/sett. In base alla fornitura

** variare 3-4 tipologie a settimane, alternando in base anche al grado di maturazione e alla stagionalità

TERZA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Brodo vegetale con riso	<u>Riso</u> , brodo vegetale, parmig. gratt., olio evo
	Patate (lesse)	Patate, olio evo
	Robiola	Robiola
	Pane GF*	<u>Pane senza glutine</u>
	Frutta fresca di stagione**	Frutta fresca di stagione
MARTEDÌ	Pasta GF con pomodoro	<u>Pasta senza glutine</u> , pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Fesa di tacchino o pollo panata al forno o al vapore	Fesa di tacchino o pollo, <u>pangrattato senza glutine</u> , olio evo
	Broccoli	Broccoli, olio evo
	Pane GF*	<u>Pane senza glutine</u>
	Frutta fresca di stagione**	Frutta fresca di stagione
MERCOLEDÌ	Risotto con zafferano	Riso, brodo vegetale (cipolla carota sedano),parmigiano, olio evo, zafferano
	Sformatino di pesce	Merluzzo, platessa, patate, <u>pangrattato senza glutine</u> , latte, ,olio evo
	carote e piselli	carote e piselli, olio evo
	Pane GF*	<u>Pane senza glutine</u>
	Frutta fresca di stagione**	Frutta fresca di stagione
GIOVEDÌ	Piatto unico: ravioli GF ricotta e spinaci	<u>Ravioli senza glutine</u> ricotta e spinaci , pomodoro pelato, olio evo, parmigiano, carota, cipolla, sedano
	Polpette di verdure dell'orto invernali	Carote, bietola, ricotta, patate, parmigiano, <u>pangrattato senza glutine</u> , uovo, olio evo,
	Pane GF*	<u>Pane senza glutine</u>
	Frutta fresca di stagione**	Frutta fresca di stagione
VENERDÌ	Pasta GF olio e parmigiano	<u>Pasta senza glutine</u> , olio evo, parmig. grattug
	Polpettone di zucca e lenticchie	Lenticchie, zucca, cipolla, uova, rosmarino, parmigiano grattugiato, olio evo
	Pane GF*	<u>Pane senza glutine</u>
	Dolce confezionato GF	<u>Dolce confezionato senza glutine</u>
	Frutta fresca di stagione**	Frutta fresca di stagione

NB le preparazioni possono essere variate secondo le "Raccomandazioni gestione menù scolastico"

*pane semintegrale 1- 2 volte/sett. In base alla fornitura

** variare 3-4 tipologie a settimane, alternando in base anche al grado di maturazione e alla stagionalità

QUARTA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Piatto unico: pasta GF al ragù di carne bianca	<u>Pasta senza glutine</u> , pomodoro, pollo e tacchino , parmigiano , olio evo, carota, cipolla, sedano
	Finocchi (gratinati)	Finocchi, <u>pangrattato senza glutine</u> , olio evo
	Pane GF*	<u>Pane senza glutine</u>
	Frutta fresca di stagione**	Frutta fresca di stagione
MARTEDÌ	Minestra con pastina GF	<u>Pastina senza glutine</u> , brodo vegetale, olio evo, cipolla
	Carne di vitello	Se polpetta/cotoletta carne di manzo, <u>mollica di pane senza glutine</u> , parmigiano ,uovo, latte e prezzemolo
	Bieta	Bietola, olio evo
	Pane GF*	<u>Pane senza glutine</u>
	Frutta fresca di stagione**	Frutta fresca di stagione
MERCOLEDÌ	Risotto e lenticchie	Riso , lenticchie , olio evo, parmigiano, carota, cipolla, sedano
	Frittata con spinaci (<i>anche come ingredienti separati</i>)	Uovo, spinaci, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Pane GF*	<u>Pane senza glutine</u>
	Frutta fresca di stagione**	Frutta fresca di stagione
GIOVEDÌ	Pasta GF al pomodoro	<u>Pasta senza glutine</u> , pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Mozzarella/robiola	Mozzarella/robiola
	Insalata	Insalata, olio evo
	Pane GF*	<u>Pane senza glutine</u>
	Frutta fresca di stagione**	Frutta fresca di stagione
VENERDÌ	Pasta GF olio e parmigiano	<u>Pasta senza glutine</u> , parmigiano, olio evo
	Codine di rospo alla mugnaia/altra modalità cottura/Alici	Codine di rospo/Alici , <u>farina senza glutine</u> , limone, olio evo; (alici eventualmente anche panate con <u>pangrattato senza glutine</u>)
	Carote julienne	Carote julienne, olio evo
	Pane GF*	<u>Pane senza glutine</u>
	Frutta fresca di stagione**	Frutta fresca di stagione

NB le preparazioni possono essere variate secondo le "Raccomandazioni gestione menù scolastico"

*pane semintegrale 1- 2 volte/sett. In base alla fornitura

** variare 3-4 tipologie a settimane, alternando in base anche al grado di maturazione e alla stagionalità

QUINTA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Riso olio e parmigiano	<u>Riso</u> , olio evo parmigiano
	Ricotta vaccina e/o mozzarella	Ricotta vaccina e/o mozzarella
	Insalata	Insalata, olio evo
	Pane GF*	<u>Pane senza glutine</u>
	Frutta fresca di stagione**	Frutta fresca di stagione
MARTEDÌ	Pasta GF con crema di ceci o fagioli cannellini con zucca	<u>Pasta senza glutine</u> , ceci o fagioli cannellini, zucca, olio evo, brodo veg./acqua q.b.
	Frittata	Uovo, olio evo
	Carote	Carote, olio evo
	Pane GF*	<u>Pane senza glutine</u>
	Frutta fresca di stagione**	Frutta fresca di stagione
MERCOLEDÌ	Pinimonio di carote e finocchi	Carote, finocchi, olio evo
	Piatto unico: pizza GF margherita e/o pizza bianca GF con mozzarella	<u>Farina senza glutine</u> , lievito, acqua, sale, zucchero. Condimento: passata di pomodoro, mozzarella, olio evo, sale, basilico e/o origano oppure Bianca senza passata di pomodoro ma con mozzarella
	Frutta fresca di stagione**	Frutta fresca di stagione
GIOVEDÌ	Pasta GF al pomodoro	<u>Pasta senza glutine</u> , pomodoro (pelato/passata), olio evo
	Cotoletta di vitellone al forno	Vitellone, <u>pangrattato senza glutine</u> , uovo, olio evo
	Verdure di stagione	Verdure di stagione, olio evo
	Pane GF*	<u>Pane senza glutine</u>
	Frutta fresca di stagione**	Frutta fresca di stagione
VENERDÌ	Pasta GF con ragù di pesce	<u>Pasta senza glutine</u> , merluzzo, sogliola e/o platessa, totani, (pomodoro facoltativo), olio evo
	Hamburger di pesce	Merluzzo, platessa e/ o sogliola, <u>pangrattato senza glutine</u> , scorza di limone grattugiata, aglio, rosmarino, olio evo
	Verdura di stagione	Verdura fresca di stagione, olio evo
	Pane GF*	<u>Pane senza glutine</u>
	Frutta fresca di stagione**	Frutta fresca di stagione

NB le preparazioni possono essere variate secondo le "Raccomandazioni gestione menù scolastico"

*pane semintegrale 1- 2 volte/sett. In base alla fornitura

** variare 3-4 tipologie a settimane, alternando in base anche al grado di maturazione e alla stagionalità

NB le preparazioni possono essere variate secondo le "Raccomandazioni gestione menù scolastico"

*pane semintegrale 1- 2 volte/sett. In base alla fornitura

** variare 3-4 tipologie a settimane, alternando in base anche al grado di maturazione e alla stagionalità