

SCUOLE PRIMARIE E SECONDARIE DI LUINO- DIETA PRIVA DI LATTOSIO

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1° settimana dal 07/01 al 09/01			Passato di verdura* <sub>2</sub> con crostini <sub>3</sub>  Bocconcini di pollo <sub>9</sub> agli aromi  Patate al forno <sub>2</sub> Pane <sub>3</sub> Frutta di stagione <sub>2</sub>	Pasta <sub>1</sub> al pesto di basilico  Filetto di platessa* <sub>7</sub> al forno  Fagiolini <sub>2</sub> Pane <sub>3</sub> Frutta di stagione <sub>2</sub>	Risotto <sub>1</sub> allo zafferano S.L.  Tortino di legumi <sub>6</sub>  Insalata verde <sub>2</sub> Pane <sub>3</sub> Frutta di stagione <sub>2</sub>
2° settimana dal 12/01 al 16/01	Pasta <sub>1</sub> al pomodoro <sub>6</sub>  Frittata <sub>6</sub> S.L.  Insalata <sub>2</sub> con mais* <sub>2</sub>  Pane <sub>3</sub> Frutta di stagione <sub>2</sub>	Polenta <sub>6</sub>  Bruscitt di manzo <sub>8</sub>  Carote <sub>2</sub> agli aromi  Pane <sub>3</sub> Frutta di stagione <sub>2</sub>	Risotto <sub>1</sub> all'ortolana <sub>2</sub> S.L.  Filetto di merluzzo* <sub>7</sub>  Tris di verdure* <sub>2</sub>  Pane <sub>3</sub> Frutta di stagione <sub>2</sub>	Crema di legumi <sub>6</sub> con ditalini <sub>1</sub>  Formaggio S.L. (1/2 pz)  Patate al forno <sub>2</sub>  Pane <sub>3</sub> Frutta di stagione <sub>2</sub>	Pasta <sub>1</sub> al pesto di broccoli* <sub>2</sub> S.L.  Arrosto di tacchino <sub>9</sub>  Zucchine* <sub>2</sub> trifolate  Pane <sub>3</sub> Frutta di stagione <sub>2</sub>
3° settimana dal 19/01 al 23/01	Pasta <sub>1</sub> con le lenticchie <sub>6</sub>  Formaggio S.L. (1/2 pz)  Insalata verde <sub>2</sub>  Pane <sub>3</sub> Frutta di stagione <sub>2</sub>	Risotto <sub>1</sub> alla zucca <sub>2</sub> S.L.  Cotoletta di lonza <sub>10</sub>  Carote julienne <sub>2</sub>  Pane <sub>3</sub> Frutta di stagione <sub>2</sub>	Pasta integrale <sub>1</sub> al pomodoro <sub>6</sub>  Omelette <sub>6</sub> S.L.  Erbette* <sub>2</sub>  Pane <sub>3</sub> Frutta di stagione <sub>2</sub>	Pasta <sub>1</sub> Olio  Platessa* <sub>7</sub> panata  Fagiolini* <sub>2</sub>  Pane <sub>3</sub> Frutta di stagione <sub>2</sub>	Pasta <sub>1</sub> al pomodoro <sub>6</sub>  Prosciutto cotto <sub>11</sub>  Insalata mista <sub>2</sub>  Pane <sub>3</sub> Frutta di stagione <sub>2</sub>
4° settimana dal 26/01 al 30/01	Zuppa* <sub>2</sub> di farro/orzo <sub>1</sub>  Frittata <sub>6</sub> S.L.  Fagiolini <sub>2</sub>  Pane <sub>3</sub> Frutta di stagione <sub>2</sub>	Pasta <sub>1</sub> con crema di piselli* <sub>2</sub> S.L.  Prosciutto cotto <sub>11</sub> (1/2 pz)  Macedonia di verdure* <sub>2</sub>  Pane <sub>3</sub> Frutta di stagione <sub>2</sub>	Pasta <sub>1</sub> alla crema di zucchine* <sub>2</sub>  Formaggio S.L.  Insalata mista <sub>2</sub>  Pane <sub>3</sub> Frutta di stagione <sub>2</sub>	Riso Basmati <sub>1</sub>  Arrosto di manzo <sub>8</sub>  Carote <sub>2</sub> agli aromi  Pane <sub>3</sub> Frutta di stagione <sub>2</sub>	Pasta <sub>1</sub> al pomodoro <sub>6</sub> e basilico  Bocconcini di merluzzo* <sub>7</sub> gratinati  Zucchine* <sub>2</sub> al forno  Pane <sub>3</sub> Frutta di stagione <sub>2</sub>

A ROTAZIONE, UNA VOLTA NELLE QUATTRO SETTIMANE VERRÀ SERVITO IL SEGUENTE MENU': pizza pomodoro, affettato mezza porzione, contorno del giorno, budino s.l.- 12/01 PRIMARIA  
CREVA; 19/01 PRIMARIA LUINO, SECONDARIA; 26/01 PRIMARIA MOTTE, VOLDOMINO

1. pasta di semola e cereali biologici

4. formaggi biologici o filiera corta o  
dop, igp, pat

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

7. FAO 27 o 37  
8. carne bovina produzione biologica  
o SQNZ  
9. carne avicola produzione biologica  
o s/antibiotici

11. salumi nazionali o biologici

\* prodotto surgelato

3. pane da filiera corta

6. produzione biologica