

SCUOLE PRIMARIE E SECONDARIE DI LUINO- DIETA VEGETARIANA

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1° settimana dal 02/02 al 06/02	Pasta integrale <sup>1</sup> al pomodoro <sup>6</sup>  Provolone Valpadana <sup>4</sup>  Finocchi in insalata <sup>2</sup> Pane <sup>3</sup> Frutta di stagione <sup>2</sup>	Pasta <sup>1</sup> pasticciata con piselli <sup>2</sup> e formaggio <sup>4</sup>  Formaggio <sup>4</sup>  Insalata mista <sup>2</sup> Pane <sup>3</sup> Frutta di stagione <sup>2</sup>	Passato di verdura* <sup>2</sup> con crostini <sup>3</sup>  Frittata <sup>6</sup>  Patate al forno <sup>2</sup> Pane <sup>3</sup> Frutta di stagione <sup>2</sup>	Pasta <sup>1</sup> al pesto  Polpette vegetali  Fagiolini <sup>2</sup> Pane <sup>3</sup> Frutta di stagione <sup>2</sup>	Risotto <sup>1</sup> allo zafferano  Tortino di legumi <sup>6</sup>  Insalata verde <sup>2</sup> Pane <sup>3</sup> Frutta di stagione <sup>2</sup>
2° settimana dal 09/02 al 13/02	Pasta <sup>1</sup> al pomodoro <sup>6</sup>  Frittata <sup>6</sup> al Parmigiano <sup>4</sup>  Cavolfiori <sup>2</sup> Pane <sup>3</sup> Frutta di stagione <sup>2</sup>	Polenta <sup>6</sup>  Polpette quinoa  Carote <sup>2</sup> agli aromi Pane <sup>3</sup> Frutta di stagione <sup>2</sup>	Risotto <sup>1</sup> all'ortolana <sup>2</sup>  Formaggio <sup>4</sup>  Insalata mista <sup>2</sup> Pane <sup>3</sup> Frutta di stagione <sup>2</sup>	Crema di legumi <sup>6</sup> con farro <sup>6</sup>  Asiago <sup>4</sup> (1/2 pz)  Patate al forno <sup>2</sup> Pane <sup>3</sup> Frutta di stagione <sup>2</sup>	Pasta <sup>1</sup> al pesto di broccoli* <sup>2</sup>  Lenticchie in umido  Insalata <sup>2</sup> Pane <sup>3</sup> Frutta di stagione <sup>2</sup>
3° settimana dal 16/02 al 18/02	Pasta <sup>1</sup> con le lenticchie <sup>6</sup>  Formaggio Quick <sup>4</sup> (1/2 pz)  Patate al forno <sup>2</sup> Pane <sup>3</sup> Frutta di stagione <sup>2</sup>	MENÙ DI  CARNEVALE	Pasta integrale <sup>1</sup> al pomodoro <sup>6</sup>  Omelette <sup>6</sup>  Broccoli <sup>2</sup> Pane <sup>3</sup> Frutta di stagione <sup>2</sup>		
4° settimana dal 23/02 al 27/02	Zuppa* <sup>2</sup> di farro bio/orzo <sup>1</sup>  Frittata <sup>6</sup> agli spinaci <sup>2</sup>  Insalata <sup>2</sup> Pane <sup>3</sup> Frutta di stagione <sup>2</sup>	Pasta <sup>1</sup> con crema di piselli* <sup>2</sup>  Formaggio <sup>4</sup> (1/2 pz)  Finocchi in insalata <sup>2</sup> Pane <sup>3</sup> Frutta di stagione <sup>2</sup>	Pasta <sup>1</sup> alla crema di cavolfiori <sup>2</sup>  Mozzarella <sup>4</sup>  Insalata mista <sup>2</sup> Pane <sup>3</sup> Frutta di stagione <sup>2</sup>	Riso Basmati <sup>1</sup>  Polpette vegetali al sugo  Carote <sup>2</sup> agli aromi Pane <sup>3</sup> Frutta di stagione <sup>2</sup>	Pasta <sup>1</sup> al pomodoro <sup>6</sup> e basilico  Tortino di legumi  Macedonia di verdure* <sup>2</sup> Pane <sup>3</sup> Frutta di stagione <sup>2</sup>

A ROTAZIONE, UNA VOLTA NELLE QUATTRO SETTIMANE VERRA' SERVITO IL SEGUENTE MENU': pizza margherita , affettato/formaggio mezza porzione, contorno del giorno, budino- 09/02  
PRIMARIA CREVA; 16/02 PRIMARIA LUINO, SECONDARIA; 23/02 PRIMARIA MOTTE, VOLDOMINO

1. pasta di semola e cereali biologici

2. ortaggi e frutta da agricoltura biologica o filiera corta

3. pane da filiera corta

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

5. filiera corta

6. produzione biologica

7. FAO 27 o 37

8. carne bovina produzione biologica  
o SQNZ

9. carne avicola produzione biologica  
o s/antibiotici

10. carne suina biologica o filiera  
corta

11. salumi nazionali o biologici

olio EVO biologico 100% italiano

\* prodotto surgelato