

SCUOLE PRIMARIE E SECONDARIE DI LUINO - DIETA PRIVA DI GLUTINE

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

A ROTAZIONE, UNA VOLTA NELLE QUATTRO SETTIMANE VERRA' SERVITO IL SEGUENTE MENU': pizza margherita SG, affettato/formaggio mezza porzione, contorno del giorno, budino SG- 12/01 PRIMARIA CREVA; 19/01 PRIMARIA LUINO, SECONDARIA; 26/01 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