

MENU' INVERNALE SETTIMANALE COMUNE COMERIO -NO GLUTINE - A.S. 2025/2026

MENU IN VIGORE SINO AL 03/11/2025 SINO AL 03/04/2026

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1a settimana	pasta ^{gluten free} agli aromi arrosto tacchino carote al vapore frutta fresca pane e acqua	riso e legumi ⁹ prosciutto cotto ^{gluten free} insalata mista frutta pane e acqua	gnocchi ^{gluten free} al pomodoro ⁹ mozzarella ⁷ fagiolini frutta	pasta ^{gluten free} al tonno pomodoro e olive ⁴ pomodori frutta pane e acqua	pasta ^{gluten free} al prosciutto Uova sode ³ carote julienne frutta
2a settimana	pasta ^{gluten free} al pomodoro ⁹ rotolo di frittata al forno ^{3,7} Contorno di verdure frutta pane e acqua	minestra ^{gluten free} pasta e fagioli ⁹ insalata e mais frutta pane e acqua	pasta ^{gluten free} olio oliva e parmigiano merluzzo al forno ⁴ erbette frutta pane e acqua	lasagne ^{gluten free} alla bolognese ^{7,9} carote al vapore frutta pane e acqua	gnocchi ^{gluten free} al pomodoro ⁹ formaggio latteria ⁷ broccoletti frutta pane e acqua
3a settimana	passato di verdura con riso ⁹ arrosto di tacchino cavolfiori frutta pane e acqua	gnocchi ^{gluten free} al pomodoro ⁹ Nasello ⁴ Contorno di verdure frutta pane e acqua	pasta ^{gluten free} al ragù di verdure ⁹ Prosciutto Cotto ^{gluten free} frutta pane e acqua	riso alla zucca ⁷ frittata ^{3,7} finocchi frutta pane e acqua	Ravioli ^{gluten free} salvia e parmigiano cosce di pollo al forno insalata e mais macedonia pane e acqua
4a settimana	pasta ^{gluten free} e lenticchie ⁹ fagiolini frutta pane e acqua	pasta ^{gluten free} al ragù di manzo ⁹ carote al vapore frutta pane e acqua	risotto milanese ⁷ Bastoncini di merluzzo ^{gluten} ^{free 4} contorno di verdure frutta pane e acqua	pizza ^{gluten free} ⁷ insalata mista frutta pane e acqua	pasta ^{gluten free} alle zucchine frittata ^{3,7} carote julienne frutta pane e acqua

Frutta di stagione proposta a rotazione, in accordo con la stagionalità e le disponibilità del fornitore: Arance, Banane, Mandarini, Mandaranci, Mele, Pere, Prugne, Uva
Verdura proposta a rotazione, in accordo con la stagionalità e le disponibilità del fornitore: Carote, Fagiolini, Finocchi, Insalata, Cavolo, Cavolo Cappuccio, Spinaci, Erbette.

Pane: ogni pasto sarà comprensivo di pane bianco secondo le grammature previste.

Il pane è del tipo 0 senza condimenti aggiunti (composto da farina di grano, acqua, lievito, sale – prodotto a ridotto contenuto di sale 1,7% di sale su 100 g di farina di grano).

Allergeni: 1. Cereali contenenti glutine. 2. Crostacei e prodotti a base di crostacei. 3. Uova e prodotti a base di uova. 4. Pesce e prodotti a base di pesce. 5. Arachidi e prodotti a base di arachidi. 6. Soia e prodotti a base di soia. 7. Latte e prodotti a base di latte (incluso lattosio). 8. Frutta a guscio. 9. Sedano e prodotti a base di sedano.

10. Senape e prodotti a base di senape. 11. Semi di sesamo e prodotti a base di semi di sesamo. 12. Anidride solforosa e solfiti. 13. Lupini e prodotti a base di lupini.

14. Molluschi e prodotti a base di molluschi.