

SCUOLE PRIMARIE E SECONDARIE DI LUINO- DIETA VEGETARIANA

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1° settimana dal 02/03 al 06/03	Pasta integrale ¹ al pomodoro ⁶ Mozzarella ⁴ Finocchi in insalata ² Pane ³ Frutta di stagione ²	Pasta ¹ pasticciata con piselli ² e formaggio ⁴ Formaggio ⁴ Insalata mista ² Pane ³ Frutta di stagione ²	Passato di verdura* ² con crostini ³ Frittata ⁶ Patate al forno ² Pane ³ Frutta di stagione ²	Pasta ¹ al pesto Polpette vegetali Fagiolini ² Pane ³ Frutta di stagione ²	Risotto ¹ allo zafferano Tortino di legumi ⁶ Insalata verde ² Pane ³ Frutta di stagione ²
2° settimana dal 09/03 al 13/03	Pasta ¹ al pomodoro ⁶ Frittata al Parmigiano ⁶ Cavolfiori ² Pane ³ Frutta di stagione ²	Polenta ⁶ Polpette quinoa Carote ² agli aromi Pane ³ Frutta di stagione ²	Risotto ¹ all'ortolana ² Formaggio ⁴ Insalata mista ² Pane ³ Frutta di stagione ²	Crema di legumi ⁶ con farro ⁶ Asiago ⁴ (1/2 pz) Patate al forno ² Pane ³ Frutta di stagione ²	Pasta ¹ al pesto di broccoli* ² Lenticchie in umido Insalata ² Pane ³ Frutta di stagione ²
3° settimana dal 16/03 al 18/03	Pasta ¹ con le lenticchie ⁶ Formaggio Quick ⁴ (1/2 pz) Insalata verde ² Pane ³ Frutta di stagione ²	Risotto ¹ alla zucca ² Hamburger vegetali Carote julienne ² Pane ³ Frutta di stagione ²	Pasta integrale ¹ al pomodoro ⁶ Omelette ⁶ Broccoli ² Pane ³ Frutta di stagione ²	Pasta ¹ Olio e Parmigiano ⁴ Polpette di lenticchie Erbette* ² Pane ³ Frutta di stagione ²	Tortellini di magro ⁵ al pomodoro ⁶ Mozzarella ⁴ Insalata mista ² Pane ³ Frutta di stagione ²
4° settimana dal 23/03 al 27/03	Zuppa* ² di farro bio/orzo ¹ Frittata ⁶ agli spinaci ² Insalata verde ² Pane ³ Frutta di stagione ²	Pasta ¹ con crema di piselli* ² Formaggio ⁴ (1/2 pz) Finocchi ² all'olio Pane ³ Frutta di stagione ²	Pasta ¹ alla crema di cavolfiori ² Provolone Valpadana ⁴ Insalata mista ² Pane ³ Frutta di stagione ²	Riso Basmati ¹ Polpette vegetali al sugo Carote ² agli aromi Pane ³ Frutta di stagione ²	Pasta ¹ al pomodoro ⁶ e basilico Tortino di legumi Macedonia di verdure* ² Pane ³ Frutta di stagione ²

A ROTAZIONE, UNA VOLTA NELLE QUATTRO SETTIMANE VERRA' SERVITO IL SEGUENTE MENU': pizza margherita , affettato/formaggio mezza porzione, contorno del giorno, budino- 02/03
PRIMARIA CREVA; 16/03 PRIMARIA MOTTE, VOLDOMINO; 23/03 PRIMARIA LUINO, SECONDARIA.

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