



	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
	LA SCUOLA PRIMARIA CONSUMA A META' MATTINA LA FRUTTA FRESCA CALENDARIZZATA NELLA GIORNATA				
I SETTIMANA	Ravioli di magro olio e salvia 1.3.6.7.10.11.13 Edamer ½ porz. 7 Carote julienne con olio EVO 12 Pane comune 1.6 Frutta fresca	Pasta al pesto 1.3.6.7.8.10 Frittata al forno 3.7 Fagiolini al basilico* Pane comune 1.6 Frutta fresca	Risotto alla parmigiana 3.7 Cotoletta vegetale (con fagioli)**1.3.6.7.10.11 Insalata verde con olio EVO Pane integrale 1.6 Frutta fresca	Pasta integrale alla mediterranea 1.3.6.7.10 Pollo al forno con crema di latte 1.6.7.10 Carote brasate* Pane comune 1.6 Frutta fresca	Pasta alla curcuma 1.3.6.7.10 Tonno 4 Pomodori in insalata con olio EVO Pane comune 1.6 Frutta fresca
II SETTIMANA	Pasta al pesto 1.3.6.7.8.10 Frittata al forno 3.7 Carote julienne con olio EVO 12 Pane comune 1.6 Frutta fresca	Orzotto con verdure di stagione (primo asciutto: pomodoro, carote, zucchine, cipolla) 1.3.6.7.10.11 Cotoletta di pollo al forno 1.3.6.7.10.11 Insalata verde con olio EVO Pane comune 1.6 Frutta fresca	Risotto ai formaggi 3.7 Merluzzo panato* 1.3.4.6.7.10.11 Pomodori in insalata con olio EVO Pane integrale 1.6 Frutta fresca	Insalata mista 12 Mozzarella ½ porz 7 Pizza margherita 1.6.7.10.11 Pane comune 1.6 ½ porz. Frutta fresca	Pasta pomodoro e basilico 1.3.6.7.10 Tortino di lenticchie**, patate, formaggio 1.3.6.7.10.11 Fagiolini al vapore con olio EVO* Pane comune 1.6 Frutta fresca
III SETTIMANA	Pasta olio e grana 1.3.6.7.10 Formaggio spalmabile 7 Insalata mista 12 Pane comune 1.6 Frutta fresca	Pasta con sugo rosso (pomodoro e peperoni) 1.3.6.7.10 Frittata al forno 3.7 Fagiolini al vapore con olio EVO* Pane comune 1.6 Frutta fresca	Pasta al pesto 1.3.6.7.8.10 Merluzzo gratinato* 1.4.6.7.10.11 Pomodori in insalata con olio EVO Pane integrale 1.6 Frutta fresca	Farro in brodo con verdure di stagione (carote,zucchine,pomodoro,patate) 1.3.6.7.9.10.11 Lonza al forno al profumo di limone 1.6.10.12 Patate al forno Pane comune 1.6 Frutta fresca	Risotto alla milanese 3.7 Cotoletta di cannellini e carote** 1.3.6.7.10.11 Carote julienne con olio EVO 12 Pane comune 1.6 Frutta fresca
IV SETTIMANA	Pasta con salsa di curcuma e carote 1.3.6.7.10 Tonno 4 Pomodori in insalata con olio EVO Pane comune 1.6 Frutta fresca	Pasta al ragù di carne bovina 1.3.6.7.10 Frittata al forno ½ porz. 3.7 Fagiolini al vapore con olio EVO* Pane comune 1.6 Frutta fresca	Passato di verdura* con orzo 1.3.6.7.9.10.11 Cotoletta di pollo al forno 1.3.6.7.10.11 Patate al forno Pane integrale 1.6 Frutta fresca	Riso olio e grana 3.7 Mozzarella 7 Carote all'olio* Pane comune 1.6 Frutta fresca	Insalata mista 12 Lenticchie in umido** 1.6.10.11 Pizza margherita 1.6.7.10.11 Pane comune 1.6 ½ porz. Frutta fresca
V SETTIMANA	Pasta al pesto di zucchine 1.3.6.7.10 Frittata al forno 3.7 Pomodori in insalata con olio EVO Pane comune 1.6 Frutta fresca	Pasta al pomodoro 1.3.6.7.10 Polpette di pesce 1.3.4.6.7.10.11 Fagiolini al vapore con olio EVO* Pane comune 1.6 Frutta fresca	Pasta al pesto 1.3.6.7.8.10 Robiola Insalata verde Pane integrale 1.6 Frutta fresca	Pastina in brodo di verdure 1.3.6.7.10 Lonza con crema di mele 1.6.10 Patate al forno Pane comune 1.6 Frutta fresca	Risotto alla parmigiana 3.7 Crocchette di ceci** 1.3.6.7.10.11 Carote julienne con olio EVO 12 Pane comune 1.6 Frutta fresca
VI SETTIMANA	Pasta al pomodoro 1.3.6.7.10 Frittata al forno 3.7 Fagiolini al vapore con olio EVO* Pane comune 1.6 Frutta fresca	Pasta integrale al pesto 1.3.6.7.8.10 Petto di pollo agli aromi Insalata mista 12 Pane comune 1.6 Frutta fresca	Risotto alla milanese 3.7 Mozzarella 7 Pomodori in insalata con olio EVO Pane integrale 1.6 Frutta fresca	Carote julienne con olio EVO 12 Ceci al rosmarino 1.6.10.11 Pizza margherita 1.6.7.10.11 Pane comune 1.6 ½ porz. Frutta fresca	Pasta all'olio e grana 1.3.6.7.10 Merluzzo panato* 1.3.4.6.7.10.11 Zucchine al forno Pane comune 1.6 Frutta fresca

Ripartizione proteica dei secondi piatti

Piatti a base di formaggio

Piatti a base di uova

Piatti a base di carne

Piatti a base di pesce

Piatti a base di legumi

Le grammature sono in linea con le Linee Guida dell'ATS di riferimento e si differenziano per fasce di età. Il pane somministrato è sempre a ridotto contenuto di sale (1,7 % di sale sul totale della farina) e viene servito dopo il 1^ piatto. Le proposte di frutta fresca sono calendarizzate garantendo almeno n.3 tipologie di frutta nella settimana. In fase di preparazione e condimento viene utilizzato esclusivamente olio EVO. In fase di preparazione e condimento viene utilizzato esclusivamente sale iodato. Gli ingredienti indicati con asterisco potrebbero essere surgelati all'origine. Gli ingredienti indicati con due asterischi indicano i legumi secchi.

Si informa che nelle preparazioni possono essere contenuti, come ingrediente o in tracce, uno o più allergeni: 1.cereali contenenti glutine, 2.crostacei, 3.uova, 4.pesce, 5.arachidi, 6.soia, 7.latte incluso lattosio, 8.frutta a guscio, 9.sedano, 10.senape, 11.semi di sesamo, 12.anidride solforosa e solfiti, 13.lupini, 14.molluschi.

Per gli utenti che necessitano di una dieta per intolleranze/allergie alimentari (correlate da certificato medico) il nostro ufficio Nutrizione predispone tabelle dietetiche personalizzate.



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
I SETTIMANA	Ravioli di magro olio e salvia Edamer ½ porz Carote julienne con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta al pesto Frittata al forno Fagiolini al basilico Pane comune Frutta fresca	Risotto alla parmigiana Cotoletta vegetale (con fagioli)** Insalata verde Pane integrale Frutta fresca	Pasta integrale alla mediterranea Pollo al forno con crema di latte 1) filetto di pesce / 4) legume in umido Carote brasate Pane comune 1.6 Frutta fresca	Pasta alla curcuma Tonno 4) formaggio Pomodori in insalata con olio EVO Pane comune Frutta fresca
II SETTIMANA	Pasta al pesto Frittata al forno Carote julienne con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Orzotto con verdure di stagione (primo asciutto: pomodoro, carote, zucchine, cipolla) Cotoletta di pollo al forno 1) filetto di pesce / 4) legume in umido Insalata verde con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Risotto ai formaggi Filetto di merluzzo panato* 4) legumi agli aromi Pomodori in insalata con olio EVO Pane integrale Frutta fresca	Insalata mista Mozzarella ½ porz Pizza margherita Pane comune 1.6 Frutta fresca	Pasta pomodoro e basilico Tortino di lenticchie**, patate, formaggio Fagiolini al vapore con olio EVO* Pane comune 1.6 Frutta fresca
III SETTIMANA	Pasta all'olio Formaggio spalmabile Insalata mista Pane comune 1.6 Frutta fresca	Pasta con sugo rosso (pomodoro e peperoni) Frittata al forno Fagiolini al vapore con olio EVO* Pane comune 1.6 Frutta fresca	Pasta al pesto Merluzzo gratinato* 4) formaggio Pomodori in insalata con olio EVO Pane integrale Frutta fresca	Farro in brodo con verdure di stagione (carote, zucchine, pomodoro, patate) Lonza al profumo di limone 2) legume in umido Patate al forno Pane comune 1.6 Frutta fresca	Risotto alla milanese Cotoletta di cannellini e carote** Carote julienne con olio EVO Pane comune Frutta fresca
IV SETTIMANA	Pasta con salsa di curcuma e carote Tonno 4) formaggio Pomodori in insalata con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta al ragù di carne bovina 3) pasta al pomodoro + frittata porz. intera Frittata al forno ½ porz. Fagiolini al vapore con olio EVO* Pane comune Frutta fresca	Passato di verdura con orzo Cotoletta di pollo al forno 1) uova strapazzate Patate al forno Pane integrale Frutta fresca	Riso olio e grana Mozzarella Carote all'olio Pane comune 1.6 Frutta fresca	Insalata mista Lenticchie in umido Pizza margherita Pane comune 1.6 ½ porz. Frutta fresca
V SETTIMANA	Pasta al pesto di zucchine Frittata al forno Pomodori in insalata con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta al pomodoro Polpette di pesce 4) legume in umido Fagiolini al vapore con olio EVO* Pane comune Frutta fresca	Pasta al pesto Robiola Insalata verde Pane integrale Frutta fresca	Pastina in brodo di verdure Lonza con crema di mele 2) filetto di pesce 4) legume in umido Patate al forno Pane comune 1.6 Frutta fresca	Risotto alla parmigiana Crocchette di ceci* Carote julienne con olio EVO Pane comune Frutta fresca
VI SETTIMANA	Pasta al pomodoro Frittata al forno Fagiolini al vapore con olio EVO* Pane comune Frutta fresca	Pasta integrale al pesto Petto di pollo agli aromi 1) filetto di pesce 4) legume in umido Insalata mista Pane comune Frutta fresca	Risotto alla milanese Mozzarella Pomodori in insalata con olio EVO Pane integrale Frutta fresca	Carote julienne con olio EVO Ceci al rosmarino Pizza margherita Pane comune 1.6 ½ porz. Frutta fresca	Pasta all'olio e grana Merluzzo panato* 4) formaggio Zucchine al forno Pane comune Frutta fresca

SOSTITUZIONI PER MENU' ETICO RELIGIOSO

SOSTITUZIONI DELLA CARNE AVICOLA INDICATE CON IL NUMERO (1)
SOSTITUZIONI DELLA CARNE SUINA INDICATE CON IL NUMERO (2)
SOSTITUZIONI DELLA CARNE BOVINA INDICATE CON IL NUMERO (3)
SOSTITUZIONI DEI PRODOTTI ITTICI INDICATE CON IL NUMERO (4)