COMUNE DI MASSALENGO
SCUOLA DELL'INFANZIA E SCUOLA PRIMARIA

MENU' AUTUNNO INVERNO A.S.2026-2027

Il menù entrerà in vigore da 09.11.2026 a partire dalla 3^ settimana

	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 1,3,6,7,11,13 Mozzarella ½ porz. Insalata di cavolo cappuccio (bianco e viola) 12 Pane comune 1 Frutta fresca	Passato di verdura con orzo 1,6,9,10,11 Polpettine di pesce * 1,3,4,6,7,10,11 Patate al forno Pane comune 1 Frutta fresca	Polenta 1,6 Brasato di manzo con carote Pane integrale 1 Frutta fresca	Risotto al pomodoro Frittata al forno 3,7 Fagiolini al vapore con olio EVO * Pane comune 1 Frutta fresca	Pasta olio e grana 1,3,6,7,10 Hamburger di patate, lenticchie ** e formaggio 1,3,6,7,10,11 Insalata verde con olio EVO Pane comune 1 Frutta fresca
II SETTIMANA	Pasta al pomodoro 1,6,10 Frittata al forno 3,7 Finocchi Julienne 12 Pane comune 1 Frutta fresca	Pasta integrale al pesto 1,3,6,7,8,10 Lenticchie in umido 1,6,10,11 Carote all'olio Pane comune 1 Frutta fresca	Farro con crema di verdure 1,6,9,10,11 Cotoletta di pollo al forno 1,3,6,7,10,11 Insalata verde con olio EVO Pane integrale 1 Frutta fresca	Riso olio e grana 3,7 Merluzzo gratinato * 1,3,4,6,7,10,11 Fagiolini al vapore con olio EVO * Pane comune 1 Frutta fresca	Carote all'olio Mozzarella 7 ½ porz. Pizza margherita 1,6,7,10,11 Pane comune ½ porz.1 Frutta fresca
III SETTIMANA	Pasta con salsa di curcuma 1.3.6.7.10 Formaggio fresco spalmabile 7 Carote Julienne 12 Pane comune 1 Frutta fresca	Pasta al pesto 1,3,6,7,8,10 Polpette di ceci ** 1,3,6,7,10,11 Insalata verde con olio EVO Pane comune 1 Frutta fresca	Pasta al pomodoro 1,6,10 Cotoletta di pollo al forno 1,3,6,7,10,11 Finocchi julienne 12 Pane integrale 1 Frutta fresca	Passato di verdura con orzo 1,6,9,10,11 Uova strapazzate 3,7 Patate al forno Pane comune 1 Frutta fresca	Risotto alla milanese Merluzzo panato * 1,3,4,6,7,10,11 Fagiolini al vapore con olio EVO* Pane comune 1 Frutta fresca
IV SETTIMANA	Pasta integrale al pesto 1,3,6,7,8,10 Mozzarella 7 Insalata mista Pane comune 1 Frutta fresca	Farro con crema di verdure 1,6,9,10,11 PRI: Cosce di pollo al forno INF: Petto di pollo al rosmarino Fagiolini al vapore con olio EVO * Pane comune 1 Frutta fresca	Pasta al ragù di carne bovina 1.6.10 Cavolfiori al vapore Pane integrale 1 Frutta fresca **PIATTO UNICO**	Risotto alla zucca* Tonno Finocchi julienne 12 Pane comune 1 Frutta fresca	Pasta al pomodoro 1,6,10 Cotoletta Vegetale** 1,3,6,7,10,11 Carote all'olio Pane comune 11 Frutta fresca
V SETTIMANA	Pasta al pesto 1,3,6,7,8,10 Lenticchie in umido 1,6,10,11 Cavolo cappuccio julienne 12 Pane comune 1 Frutta fresca	Pasta al ragù di verdure 1,6,10 Cotoletta di pollo al forno 1,3,6,7,10,11 Fagiolini al vapore con olio EVO * Pane comune 1 Frutta fresca	Carote all'olio Mozzarella 7 ½ porz. Pizza margherita 1,6,7,10,11 Pane integrale ½ porzione 1 Frutta fresca	Crema di carote con orzo 1,6,9,10,11 Uova strapazzate 3,7 Patate al forno Pane comune 1 Frutta fresca	Risotto al pomodoro Polpettine di pesce 1,3,4,6,7,10,11 Insalata verde con olio EVO Pane comune 1 Frutta fresca
VI SETTIMANA	Pasta olio e grana 1,3,6,7,10 Frittata al forno 3,7 Fagiolini al vapore con olio EVO * Pane comune 1 Frutta fresca	Risotto alla milanese Crescenza 7 Carote Julienne 12 Pane comune 1 Frutta fresca	Pasta integrale al pomodoro 1,6,10 Merluzzo panato * 1,3,4,6,7,10,11 Insalata verde Pane integrale 1 Frutta fresca	Vellutata di zucca con farro 1,6,9,10,11 Scaloppina di pollo all'arancia 1,6,10,12 Fagiolini con olio evo Pane comune 1 Frutta fresca	Pasta al pesto 1,3,6,7,8,10 Tortino di piselli* 1,3,6,7,10,11 Finocchi julienne 12 Pane comune 1 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.

COMUNE DI MASSALENGO

MENU AUTUNNO INVERNO ETICO RELIGIOSO A.S. 2026-2027

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
I SETTIMANA	Ravioli di magro olio e salvia 1,3,6,7,11,13 Mozzarella ½ porz. Insalata di cavolo cappuccio (bianco e viola) 12 Pane comune Frutta fresca	Passato di verdura con orzo 1,6,9,10,11 Polpettine di pesce * 1,3,4,6,7,10,11 **4)UOVA STRAPAZZATE** Patate al forno Pane comune Frutta fresca	Polenta 1,6 Brasato di manzo con carote **3)LEGUMI IN UMIDO** Pane integrale Frutta fresca	Risotto al pomodoro Frittata al forno 3,7 Fagiolini al vapore con olio EVO * Pane comune Frutta fresca	Pasta olio e grana 1,3,6,7,10 Hamburger di patate, lenticchie ** e formaggio 1,3,6,7,10,11 Insalata verde con olio EVO Pane comune Frutta fresca
II SETTIMANA	Pasta al pomodoro 1,6,10 Frittata al forno 3,7 Finocchi Julienne 12 Pane comune Frutta fresca	Pasta integrale pesto 1,3,6,7,8,10 Lenticchie in umido 1,6,10,11 Carote all'olio Pane comune Frutta fresca	Farro con crema di verdure 1,6,9,10,11 Cotoletta di pollo al forno 1,3,6,7,10,11 **1)FORMAGGIO** Insalata verde con olio EVO Pane integrale Frutta fresca	Riso olio e grana 3,7 Merluzzo gratinato * 1,3,4,6,7,10,11 **4)LEGUMI AGLI AROMI** Fagiolini al vapore con olio EVO * Pane comune Frutta fresca	Carote all'olio Mozzarella 7 ½ porz. Pizza margherita 1,6,7,10,11 Pane comune ½ porz. Frutta fresca
III SETTIMANA	Pasta con salsa di curcuma 1.3.6.7.10 Formaggio fresco spalmabile 7 Carote Julienne 12 Pane comune Frutta fresca	Pasta al pesto 1,3,6,7,8,10 Polpette di ceci ** 1,3,6,7,10,11 Insalata verde con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta al pomodoro 1,6,10 Cotoletta di pollo al forno 1,3,6,7,10,11 **1)FORMAGGIO** Finocchi julienne 12 Pane integrale Frutta fresca	Passato di verdura con orzo 1,6,9,10,11 Uova strapazzate 3,7 Patate al forno Pane comune Frutta fresca	Risotto alla milanese Merluzzo panato * 1,3,4,6,7,10,11 **4)LEGUMI AGLI AROMI** Fagiolini al vapore con olio EVO* Pane comune Frutta fresca
IV SETTIMANA	Pasta integrale al pesto 1,3,6,7,8,10 Mozzarella 7 Insalata mista Pane comune Frutta fresca	Farro con crema di verdure 1,6,9,10,11 Cosce di pollo al forno/Petto di pollo al rosmarino **1)UOVA STRAPAZZATE** Fagiolini al vapore con olio EVO * Pane comune Frutta fresca	Pasta al ragù di carne bovina 1.6.10 **3)PASTA AL POMODORO + LEGUMI IN UMIDO** Cavolfiori al vapore Pane integrale Frutta fresca **PIATTO UNICO**	Risotto alla zucca* Tonno **4)FORMAGGIO** Finocchi julienne 12 Pane comune Frutta fresca	Pasta al pomodoro 1,6,10 Cotoletta Vegetale** 1,3,6,7,10,11 Carote all'olio Pane comune Frutta fresca
V SETTIMANA	Pasta al pesto 1,3,6,7,8,10 Lenticchie in umido 1,6,10,11 Cavolo cappuccio julienne 12 Pane comune Frutta fresca	Pasta al ragù di verdure 1,6,10 Cotoletta di pollo al forno 1,3,6,7,10,11 **1)UOVA STRAPAZZATE** Fagiolini al vapore con olio EVO * Pane comune Frutta fresca	Carote all'olio Mozzarella 7 ½ porz. Pizza margherita 1,6,7,10,11 Pane integrale ½ porzione Frutta fresca	Crema di carote con orzo 1,6,9,10,11 Uova strapazzate 3,7 Patate al forno Pane comune Frutta fresca	Risotto al pomodoro Polpettine di pesce 1,3,4,6,7,10,11 **4)FORMAGGIO** Insalata verde con olio EVO Pane comune Frutta fresca
VI SETTIMANA	Pasta olio e grana 1,3,6,7,10 Frittata al forno 3,7 Fagiolini al vapore con olio EVO * Pane comune Frutta fresca	Risotto alla milanese Crescenza 7 Carote Julienne 12 Pane comune Frutta fresca	Pasta integrale al pomodoro 1,6,10 Merluzzo panato * 1,3,4,6,7,10,11 **4)LEGUMI AGLI AROMI** Insalata verde Pane integrale Frutta fresca	Vellutata di zucca con farro 1,6,9,10,11 Scaloppina di pollo all'arancia 1,6,10,12 **1)FORMAGGIO** Fagiolini con olio evo Pane comune Frutta fresca	Pasta al pesto 1,3,6,7,8,10 Tortino di piselli* 1,3,6,7,10,11 Finocchi julienne 12 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)*