

MENU' SCUOLA PRIMARIA SPINI - MORBEGNO

30/01/2022

1° LUNEDI'	2° LUNEDI'	3° LUNEDI'	4° LUNEDI'
PASTA AL RAGU' DI LEGUMI MERLUZZO/ PLATESSA/ FETTUCCE DI TOTANO/ LIMANDA AL FORNO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA DI SEGALE/ SARACENO/ INTEGRALE AL POMODORO FORMAGGI MISTI VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA AL SUGO DI PESCE/ IN BIANCO PROSCIUTTO COTTO SENZA POLIFOSFATI VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	RAVIOLI DI MAGRO ARROSTO DI TACCHINO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE
1° MARTEDI'	2° MARTEDI'	3° MARTEDI'	4° MARTEDI'
VERDURE MISTE PIZZA MARGHERITA FRUTTA DI STAGIONE PANE INTEGRALE	RISO ALLO ZAFFERANO POLPETTE DI LEGUMI/ FARINATA DI CECI VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	LASAGNE AL RAGU' DI CARNE VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	PIZZOCCHERI/ GNOCCHETTI SARACENI VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE
1° MERCOLEDI'	2° MERCOLEDI'	3° MERCOLEDI'	4° MERCOLEDI'
RISO IN BIANCO FORMAGGI MISTI VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA IN BIANCO BOCCONCINI DI POLLO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA IN BIANCO TACCHINO AGLI ROMI VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA PASTICCIATA VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE
1° GIOVEDI'	2° GIOVEDI'	3° GIOVEDI'	4° GIOVEDI'
GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO PETTO DI POLLO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	POLENTA/ PURE' DI PATATE SPEZZATINO DI VITELLONE CON VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	SPAETZLE/ GNOCCHETTI/ GNOCCHETTI SARDI IN BIANCO/ AL POMODORO FRITTATA AL FORNO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE INTEGRALE	RISOTTO ALLA PIZZAIOLA/ AI LEGUMI COSCE/ FUSI DI POLLO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE
1° VENERDI'	2° VENERDI'	3° VENERDI'	4° VENERDI'
PASTA AL TONNO FRITTATA AL FORNO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA AURORA/ IN BIANCO MERLUZZO AL FORNO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	RISO E PISELLI MERLUZZO/ PLATESSA/ FETTUCCE DI TOTANO/ LIMANDA AL FORNO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA INTEGRALE AL PESTO MERLUZZO GRATINATO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE

(*) TONNO AL NATURALE, confezionato in vetro (**) PESTO fresco: basilico, olio extravergine di oliva, parmigiano/ pecorino, pinoli o confezionato senza aglio, in vetro

PESCE: deve essere assicurata una adeguata deliscatura

VERDURE MISTE: offrire possibilmente due verdure a pasto, assicurando almeno 3 differenti prodotti alla settimana, alternando VERDURE CRUDE e COTTE – condire solo con olio extra vergine di oliva

N.B. Le patate, per il loro contenuto in amido, non vanno considerate verdure, quindi devono essere somministrate solo quando specificate nel menù, prevedendo sempre anche un contorno di verdure.

FRUTTA: assicurando almeno 3 differenti prodotti alla settimana, meglio se distribuita a metà mattina e di tanto in tanto alternarla con MACEDONIA DI FRUTTA FRESCA

TORTA della cuoca (torta margherita, torta allo yogurt, torta di mele/frutta o con confettura) **1 VOLTA AL MESE** per festeggiare i compleanni

ACQUA: di rete

Si utilizzano solo: PREPARATO PER BRODO VEGETALE senza glutammato, SALE IODATO, PANE A RIDOTTO CONTENUTO DI SALE e OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA sia per condimenti a crudo che per la cottura