



SCUOLE PRIMARIE&INFANZIA

IL SENTIERO

21/08/19

1° LUNEDI'	2° LUNEDI'	3° LUNEDI'	4° LUNEDI'
RISOTTO ALLO ZAFFERANO PROSCIUTTO COTTO senza polifosfati VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA AL PESTO*** FORMAGGI MISTI VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	SPATZLY* IN BIANCO/GNOCCHI ALLA ROMANA FRITTATA al forno/UOVO SODO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	½ PIZZOCCHERI della VALTELLINA SCAGLIA DI GRANA VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE
1° MARTEDI'	2° MARTEDI'	3° MARTEDI'	4° MARTEDI'
FRULLATO di VERDURA con crostini COSCETTA/PETTO di POLLO PATATE FRUTTA DI STAGIONE PANE	RISOTTO ALLA ZUCCA FILETTO di PESCE VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	RISOTTO ALLA PARMIGIANA SCALOPPINA DI MAIALE AL LATTE VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA IN BIANCO* MEDAGLIONI DI TACCHINO agli aromi VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE
1° MERCOLEDI'	2° MERCOLEDI'	3° MERCOLEDI'	4° MERCOLEDI'
PASTA AL TONNO** FRITTATA al forno/FARINATA di CECI VERDURA FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA ALLA CONTADINA ARROSTO DI TACCHINO al FORNO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA POMODORO E RICOTTA PROSCIUTTO COTTO senza polifosfati VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	RISOTTO ALLE VERDURE ARROSTO DI VITELLONE VERDURA FRUTTA DI STAGIONE PANE
1° GIOVEDI'	2° GIOVEDI'	3° GIOVEDI'	4° GIOVEDI'
VERDURE MISTE PASTA PASTICCIAIA o LASAGNE al ragù di carne di vitellone FRUTTA DI STAGIONE PANE	POLENTA O PUREA DI PATATE SPEZZATINO DI VITELLONE con piselli e carote FRUTTA DI STAGIONE PANE	RISO BIANCO* o COUS COUS* CON BOCCONCINI DI POLLO AL FORNO o AL CURRY VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	VERDURE MISTE PIZZA MARGHERITA FRUTTA DI STAGIONE PANE
1° VENERDI'	2° VENERDI'	3° VENERDI'	4° VENERDI'
PASTA POMODORO e BASILICO FILETTO di PESCE VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA al RAGU' VEGETALE FILETTO di PESCE VERDURA FRUTTA DI STAGIONE PANE	RAVOLI R/S IN BIANCO* o POMODORO FILETTO di PESCE VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO o IN BIANCO* FILETTO/POLPETTA di PESCE VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE

(*) condire con **olio extra vergine di oliva** (**) **TONNO** = AL NATURALE CONFEZIONATO IN VETRO (***) **PESTO**= confezionato, senza aglio in vetro

PESCE = deve essere assicurata una accurata deliscatura. Varietà di pesce: sogliola, platessa, nasello, merluzzo, san pietro, halibut, palombo, trota

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

NOTA: le patate, per il loro contenuto in amido, non vanno considerate verdure; devono essere somministrate solo quando specificate nel menù

FRUTTA = può essere distribuita a metà mattina o a pasto – di tanto in tanto somministrare MACEDONIA DI FRUTTA FRESCA o FRUTTA COTTA;

TORTA della cuoca (torta margherita, torta allo yogurt, torta di mele, torta di carote, crostata di frutta o con marmellata) **1 VOLTA AL MESE** per festeggiare i compleanni. In alternativa può essere somministrato lo yogurt bianco con pezzetti di frutta fresca.

Utilizzo di solo **PREPARATO PER BRODO VEGETALE** senza glutammato, di **SALE IODATO** e di **PANE A RIDOTTO CONTENUTO DI SALE**