

MENÙ INVERNALE novembre-dicembre-gennaio-febbraio-marzo-aprile

Sistema Socio Sanitario
Regione Lombardia
ATS Montagna



SCUOLA PRIMARIA di RASURA IL SENTIERO

21/08/19

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

(*) condire con **olio extra vergine di oliva** (***) **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