

MENU AUTUNNO/INVERNO SCUOLA INFANZIA/PRIMARIA

	I SETTIMANA	II SETTIMANA	III SETTIMANA	IV SETTIMANA
LUNEDI	Riso con zucca Prosciutto cotto di I qualità Insalata mista Frutta di stagione Pane bianco	Pasta integrale con sugo di pomodoro/Sovracoscia di pollo Carote all'agro Frutta di stagione Pane bianco	Pasta integrale con zucca Arista di maiale al forno Spinaci al limone Frutta di stagione Pane bianco	Pasta alla bolognese Filetto di platessa impanata Carote lesse Frutta di stagione
MARTEDI	Pasta e fagioli Carote e mais Frutta di stagione <u>Pane integrale</u>	Pasta e lenticchie Polpettine di melanzane al forno Frutta di stagione <u>Pane integrale</u>	Riso al sugo di pomodoro Omelette al forno con patate Frutta di stagione <u>Pane integrale</u>	Pasta e lenticchie Insalata mista con mais Frutta di stagione <u>Pane integrale</u>
MERCOLEDI	Pasta integrale al sugo di pomodoro Arista di maiale al forno Purea di patate Frutta di stagione Pane bianco	Gateau di patate Formaggio spalmabile Spinaci all'agro Frutta di stagione Pane bianco	Pasta e fagioli Carote e mais Frutta fresca Pane bianco	Pasta con patate Prosciutto cotto di I qualità Carote all'agro Frutta di stagione Pane bianco
GIOVEDI	Pasta e lenticchie Polpette di spinaci e ricotta al forno Frutta di stagione <u>Pane a ridotto contenuto di sale</u>	Riso al pomodoro Filetto di platessa impanata Insalata mista Frutta di stagione <u>Pane a ridotto contenuto di sale</u>	Riso con minestrone di verdure Bastoncini di pesce Insalata mista Frutta di stagione <u>Pane a ridotto contenuto di sale</u>	Gnocchetti integrali al sugo di pomodoro/Trancio di parmigiano Insalata verde Frutta di stagione <u>Pane a ridotto contenuto di sale</u>
VENERDI	Riso con minestrone di verdure Bastoncini di merluzzo al forno Fagiolini all'insalata Frutta di stagione Pane bianco	Pasta e fagioli Insalata mista con mais Frutta di stagione Pane bianco	Pasta e lenticchie Spinaci al parmigiano Frutta di stagione Pane bianco	Pasta e fagioli Spinaci al parmigiano Frutta di stagione Pane bianco

N.B. panino tipo rosetta da g. 30 (infanzia) e da g. 50 (primaria) (1 volta a settimana integrale e 1 volta a ridotto contenuto di sale). Acqua minerale ml 250. Sale iodato q.b.
 Frutta fresca di stagione gr 150 . Olio extravergine di oliva gr 10. Un giorno a settimana prevedere l'utilizzo di alimenti biologici. **Si rimanda al file allegato il controllo delle tabelle dietetiche con la composizione dei pasti e le relative grammature.**