

MENU' STANDARD AUTUNNO/INVERNO 2024-2025 - SCUOLE STATALI

GIORNO	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
LUNEDÌ	Vellutata di verza, lenticchie rosse e cereali Frittata alla pizzaiola Finocchi	Pasta olio e grana Arrostito di tacchino Bastoncini di carote	Risotto biette e crescenza Scaloppine di pollo agli agrumi Finocchi gratin	Cavolo cappuccio Risotto alla milanese Sformato di ceci, carote e rosmarino
MARTEDÌ	Pasta con cime di rapa pomodori secchi e noci Cotoletta di pollo alla milanese Insalata verde	Scarola e arance Risotto alla zucca Platessa al sesamo	Minestra di ceci e quinoa Halibut al forno con erba cipollina Patate sabbiose	Insalata verde ai semi misti Pasta al pesto di broccoli e mandorle Frittata con spinaci
MERCOLEDÌ	Antipasto di verdura cruda e cotta Risotto ai porri Polpette di zucca e borlotti	Pasta al pomodoro Cosce di pollo capperi e olive Iceberg e radicchio	Pasta al ragù di verdure Spinacine Carote julienne	Focaccia integrale e maionese di patate Merluzzo alla mediterranea Cavolfiore gratin
GIOVEDÌ	Tortelli di borraggine Halibut agli aromi Carote	Antipasto invernale con verdura cotta e cruda Lasagne porri, radicchio, scamorza e cannellini Dolcetto	Miglio e zucca gratinato Bocconcini di tacchino agli aromi Insalata verde e mais	Insalata mista Polenta taragna con spezzatino di vitello
VENERDÌ	Insalata mista Pizza margherita	Insalata verde e mele Passato di verdure con fave e crostini integrali Merluzzo gratinato alla curcuma	Verdura cruda di stagione Pizza margherita integrale	Passato di verdura e cereali Platessa dorata Insalata di finocchi

Nella preparazione dei pasti si utilizza con moderazione sale iodato ed esclusivamente olio di oliva extravergine, sia per i condimenti a crudo che per le cotture.

Il pane somministrato è a ridotto contenuto di sale e viene distribuito con il secondo piatto.

Quando presenti in menu i piatti unici o la verdura cruda, la verdura viene proposta all'inizio del pasto.

Non si utilizzano prodotti precotti, fritti o prefritti.

Per lo spuntino di metà mattina viene distribuita frutta fresca di stagione, garantendo almeno 3 tipologie diverse la settimana.

Tabella ingredienti principali utilizzati nel menù standard Autunno/Inverno 2024-2025

GIORNO	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
LUNEDÌ	PRIMO: *Verdure miste, lenticchie rosse, riso integrale, orzo SECONDO: Uova pastorizzate, pomodori pelati, aromi	PRIMO: pasta di semola, olio evo, grana padano SECONDO: fesa di tacchino, olio evo, aromi misti	PRIMO: Riso parboiled, *biette, porro, crescenza, olio evo SECONDO: Petto di pollo, agrumi, pane grattugiato, olio evo, aromi misti	PRIMO: riso parboiled, zafferano, latte di soia, olio evo, farina 0 SECONDO: ceci, patate, carote, porri, pane grattugiato, rosmarino, olio evo, aromi misti
MARTEDÌ	PRIMO: Pasta integrale, *cime di rapa, pomodori secchi, passata di pomodoro, noci SECONDO: petto di pollo, succo di ananas, pane grattugiato, aromi misti	PRIMO: Riso integrale, zucca, aromi misti, olio evo SECONDO: *Platessa, farina di riso, pane grattugiato, sesamo, olio evo, aromi misti, succo di limone	PRIMO: *verdure miste, quinoa, ceci SECONDO: *halibut, erba cipollina, olio evo, aromi misti	PRIMO: pasta di farro, broccoletti, mandorle, olio evo SECONDO: uova pastorizzate, *spinaci, grana padano
MERCOLEDÌ	PRIMO: riso integrale, porri SECONDO: patate, zucca, borlotti, cipolla, aromi misti, pane grattugiato, olio evo	PRIMO: pasta di semola, pomodori pelati, olio evo, cipolla SECONDO: Cosce di pollo, capperi, olive, aromi, olio evo	PRIMO: pasta integrale, pomodori pelati, verdure SECONDO: patate, *spinaci, grana padano, cipolla, cannellini, pane grattugiato, olio evo, aromi misti	PRIMO: farina integrale, farina "0", lievito di birra; patate, olio evo, limone SECONDO: *merluzzo, passata di pomodoro, origano, capperi, aglio
GIOVEDÌ	PRIMO: *Tortelli con ricotta, grana, maggiorana, salvia, semola di grano duro, farina "00", uova, borragine, olio evo SECONDO: *halibut, farina di mais, timo, pane grattugiato, olio evo	PIATTO UNICO: *pasta all'uovo, latte di soia, porri, radicchio, farina "0", cannellini, scamorza, olio evo, pomodori pelati, carote	PRIMO: miglio, zucca SECONDO: fesa di tacchino, passata di pomodoro, aromi	PIATTO UNICO: farina di mais, farina di grano saraceno; vitello, pomodori pelati, sedano, carote e cipolle
VENERDÌ	PIATTO UNICO: Farina 0, passata di pomodoro, mozzarella, lievito di birra, origano	PRIMO: *Verdure miste, fave, pane integrale SECONDO: *Merluzzo, farina di mais, pane grattugiato, curcuma, olio evo, aromi misti, succo di limone	PIATTO UNICO: Farina 0, farina integrale, passata di pomodoro, mozzarella, fontal, lievito di birra, origano	PRIMO: Farro, piselli secchi, verdure miste*, miglio SECONDO: *platessa, pane grattugiato, aromi, olio evo

*Nel menu potrebbero essere presenti prodotti surgelati/congelati

La carne utilizzata è sempre fresca di origine italiana.

Il merluzzo e la platessa derivano da pesca sostenibile.

PRODOTTI UTILIZZATI DI AGRICOLTURA BIOLOGICA: legumi (piselli, lenticchie, ceci, fagioli) – pasta – riso – farine – cereali derivati – uova – pomodori pelati/passata frutta – ortaggi – pane e prodotti da forno – olio di oliva extravergine

MENU' NO CARNE AUTUNNO/INVERNO 2024-2025 - SCUOLE STATALI

GIORNO	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
LUNEDÌ	Vellutata di verza, lenticchie rosse e cereali Frittata alla pizzaiola Finocchi	Pasta olio e grana TORTINO DI ZUCCA, RICOTTA E MANDORLE Bastoncini di carote	Risotto biete e crescita CROCCHETTE DI QUINOA E RADICCHIO Finocchi gratin	Cavolo cappuccio Risotto alla milanese Sformato di ceci, carote e rosmarino
MARTEDÌ	Pasta cime di rapa pomodori secchi e noci PLATESSA GRATINATA Insalata verde	Scarola e arance Risotto alla zucca Platessa al sesamo	Minestra di ceci e quinoa Halibut al forno con erba cipollina Patate sabbiose	Insalata verde ai semi misti Pasta al pesto di broccoli e mandorle Frittata con spinaci
MERCOLEDÌ	Antipasto di verdura cruda Risotto ai porri Polpette di zucca e borlotti	Pasta al pomodoro CROSTINO CON TOFU E OLIVE Iceberg e radicchio	Pasta al ragù di verdure Spinacine Carote julienne	Focaccia integrale e maionese di patate Merluzzo alla mediterranea Cavolfiore gratin
GIOVEDÌ	Tortelli di borraggine Bocconcini di halibut agli aromi carote	Antipasto invernale con verdura cotta e cruda Lasagne porri, radicchio, scamorza e cannellini Dolcetto	Miglio e zucca gratinato TORTINO DI CECI Insalata verde e mais	Insalata mista Polenta taragna CON LENTICCHIE
VENERDÌ	Insalata mista Pizza margherita	Insalata verde e mele Zuppa di verdure con fave e crostini integrali Merluzzo gratinato alla curcuma	Verdura cruda di stagione Pizza margherita integrale	Passato di verdura e cereali Platessa dorata Insalata di finocchi

Nella preparazione dei pasti si utilizza con moderazione sale iodato ed esclusivamente olio di oliva extravergine, sia per i condimenti a crudo che per le cotture.

Il pane somministrato è a ridotto contenuto di sale e viene distribuito con il secondo piatto.

Quando presenti in menu i piatti unici o la verdura cruda, la verdura viene proposta all'inizio del pasto.

Non si utilizzano prodotti precotti, fritti o prefritti.

Per lo spuntino di metà mattina viene distribuita frutta fresca di stagione, garantendo almeno 3 tipologie diverse la settimana.

Tabella ingredienti principali utilizzati nel menù NO CARNE Autunno/Inverno 2024-2025 - Scuole statali

GIORNO	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
LUNEDÌ	PRIMO: *Verdure miste, lenticchie rosse, riso integrale, orzo SECONDO: Uova pastorizzate, pomodori pelati, aromi	PRIMO: pasta di semola, olio evo, grana padano SECONDO: zucca, patate, ricotta, mandorle	PRIMO: Riso parboiled, *biete, porro, crescenza, olio evo SECONDO: quinoa, radicchio, cipolla	PRIMO: riso parboiled, zafferano, latte di soia, olio evo, farina 0 SECONDO: ceci, patate, carote, porri, pane grattugiato, rosmarino, olio evo, aromi misti
MARTEDÌ	PRIMO: Pasta integrale, *cime di rapa, pomodori secchi, passata di pomodoro, noci SECONDO: *platessa, pane grattugiato, aromi, olio evo	PRIMO: Riso integrale, zucca, aromi misti, olio evo SECONDO: *Platessa, farina di riso, pane grattugiato, sesamo, olio evo, aromi misti, succo di limone	PRIMO: *verdure miste, quinoa, ceci SECONDO: *halibut, erba cipollina, olio evo, aromi misti	PRIMO: pasta di farro, broccoletti, mandorle, olio evo SECONDO: uova pastorizzate, *spinaci, grana padano
MERCOLEDÌ	PRIMO: riso integrale, porri SECONDO: patate, zucca, borlotti, cipolla, aromi misti, pane grattugiato, olio evo	PRIMO: pasta di semola, pomodori pelati, olio evo, cipolla SECONDO: pane integrale, tofu, olive	PRIMO: pasta integrale, pomodori pelati, verdure SECONDO: patate, *spinaci, grana padano, cipolla, cannellini, pane grattugiato, olio evo, aromi misti	PRIMO: focaccia con farina integrale, farina "0", lievito di birra; patate, olio evo, limone SECONDO: *merluzzo, passata di pomodoro, origano, capperi, aglio
GIOVEDÌ	PRIMO: *Tortelli con ricotta, grana, maggiorana, salvia, semola di grano duro, farina "00", uova, borragine, olio evo SECONDO: *halibut, farina di mais, timo, pane grattugiato, olio evo	PIATTO UNICO: *pasta all'uovo, latte di soia, porri, radicchio, farina "0", cannellini, scamorza, olio evo, pomodori pelati, carote	PRIMO: miglio, zucca, SECONDO: ceci, patate, verdure miste	PIATTO UNICO: farina di mais, farina di grano saraceno; lenticchie, passata di pomodoro, verdure miste
VENERDÌ	PIATTO UNICO: Farina 0, passata di pomodoro, mozzarella, lievito di birra, origano	PRIMO: *Verdure miste, fave, pane integrale SECONDO: *Merluzzo, farina di mais, pane grattugiato, curcuma, olio evo, aromi misti, succo di limone	PIATTO UNICO: Farina 0, farina integrale, passata di pomodoro, mozzarella, fontal, lievito di birra, origano	PRIMO: Farro, piselli secchi, verdure miste*, miglio SECONDO: *platessa, pane grattugiato, aromi, olio evo

*Nel menu potrebbero essere presenti prodotti surgelati/congelati

La carne utilizzata è sempre fresca di origine italiana.

Il merluzzo e la platessa derivano da pesca sostenibile.

PRODOTTI UTILIZZATI DI AGRICOLTURA BIOLOGICA: legumi (piselli, lenticchie, ceci, fagioli) – pasta – riso – farine – cereali derivati – uova – pomodori pelati/passata frutta – ortaggi – pane e prodotti da forno – olio di oliva extravergine

**Cremona**

COMUNE DI CREMONA

Servizio Politiche Educative
e Istruzione**TABELLA CAMBI MENU' AUTUNNO INVERNO 2024/2025**

<i>GIORNO</i>	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
LUNEDÌ	Pasta all'olio Tonno Verdura	Riso con olio Formaggio Verdura	Pasta al pomodoro *Pesce al forno Verdura	Pasta con olio Formaggio Verdura
MARTEDÌ	Riso con olio Crescenza Verdura	Pasta al pomodoro Carne ai ferri Verdura	Riso con olio Frittata Verdura	Riso al pomodoro *Pesce al forno Verdura
MERCOLEDÌ	Pasta al pomodoro *Pesce al forno Verdura	Riso con olio Tonno Verdura	Pasta con olio Carne ai ferri Verdura	Pasta con olio Carne ai ferri Verdura
GIOVEDÌ	Riso con olio Carne ai ferri Verdura	Pasta al pomodoro Ricotta Verdura	Riso con olio Tonno Verdura	Pasta al pomodoro Crescenza Verdura
VENERDÌ	Pasta al pomodoro Frittata Verdura	Pasta con olio Frittata Verdura	Pasta al pomodoro Crescenza Verdura	Riso con olio Frittata Verdura

*Nel menu potrebbero essere presenti prodotti surgelati/congelati