



## MENU' A SCELTA SOLO SU RICHIESTA SCUOLE INFANZIA AUTUNNO INVERNO 2024 2025

GIORNO	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
<b>LUNEDÌ</b>	Minestra di lenticchie con crostini Frittata di porri Bastoncini di carote	Pasta Libera Terra agli aromi Tortino zucca ricotta e mandorle Rape rosse	Risotto integrale pere e taleggio Crocchette di quinoa e radicchio Finocchi e arance	Risotto al pesto di barbabietola Canederli in umido Carote
<b>MARTEDÌ</b>	Pasta con crema di zucca Platessa gratinata con semi misti Insalata mista	Insalata verde e uvetta Risotto ai pomodori secchi Merluzzo in guazzetto	Vellutata di verza e curcuma Halibut al pesto di capperi Cavolo cappuccio	Pasta e piselli Merluzzo al forno Finocchi gratin
<b>MERCOLEDÌ</b>	Bastoncini di sedano Risotto salvia e castagne Borlotti in umido Finocchi al forno	Spaghetti al pesto di prezzemolo con briciole di pane tostato Crostino tofu e olive Julienne di cappuccio	Pasta di legumi al ragù di verdure Spinacine Radicchio	Focaccia al miglio e maionese di patate Omelette di verdure Insalata ghiaccio e semi
<b>GIOVEDÌ</b>	Tortelli di borragine Halibut agli agrumi Radicchio e noci	Antipasto invernale con verdura cotta e cruda Pizzoccheri gratinati con scarola e biette	Miglio e zucca Fiamme di ceci Insalata verde e mele	Insalata mista Polenta taragna e lenticchie
<b>VENERDÌ</b>	Insalata e mele Pizza margherita	Scarola e mais Zuppa di fagioli dell'occhio Bastoncini di platessa	Pinzimonio di verdure Bis di pizza	Crema di verdure e cereali Bocconcini di halibut Patate prezzemolate

Non si usano prodotti precotti fritti o prefritti si usa sale iodato e pane a ridotto contenuto di sale. A metà mattina viene distribuita frutta o verdura fresca di stagione.

**Tabella ingredienti principali utilizzati nel menù a scelta AUTUNNO INVERNO 2024 2025**

GIORNO	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
<b>LUNEDÌ</b>	<b>PRIMO:</b> verdure miste, lenticchie, pane <b>SECONDO:</b> uova pastorizzate, porri	<b>PRIMO:</b> pasta libera terra, olio evo, salvia, maggiorana <b>SECONDO:</b> zucca, patate, mandorle, ricotta	<b>PRIMO:</b> riso integrale, taleggio, pere <b>SECONDO:</b> quinoa, radicchio, cipolla	<b>PRIMO:</b> riso integrale, barbabietola, aglio, mandorle <b>SECONDO:</b> pane, spinaci*, cipolle, passata di pomodoro, origano, capperi
<b>MARTEDÌ</b>	<b>PRIMO:</b> pasta integrale, zucca <b>SECONDO:</b> platessa*, pane grattugiato, semi misti	<b>PRIMO:</b> riso integrale, pomodori secchi, aglio <b>SECONDO:</b> merluzzo*, pomodori pelati, capperi, origano	<b>PRIMO:</b> verdure miste*, orzo, curcuma, verza <b>SECONDO:</b> halibut*, capperi, aglio, limone, prezzemolo	<b>PRIMO:</b> pasta di farro, piselli secchi, olio evo <b>SECONDO:</b> merluzzo*, pane, aromi
<b>MERCOLEDÌ</b>	<b>PRIMO:</b> riso integrale, salvia, castagne <b>SECONDO:</b> borlotti, verdure miste, passata di pomodoro	<b>PRIMO:</b> spaghetti, prezzemolo, pane, pinoli, olio evo <b>SECONDO:</b> pane integrale, tofu, olive	<b>PRIMO:</b> pasta di lenticchie, pomodori pelati, verdure miste <b>SECONDO:</b> patate, spinaci*, grana, cipolle, cannellini	<b>PRIMO:</b> farina"0", farina di miglio, lievito, olio evo, patate <b>SECONDO:</b> uova pastorizzate, verdure
<b>GIOVEDÌ</b>	<b>PRIMO:</b> tortelli* ricotta, grana, maggiorana, salvia, semola di grano duro, farina"00", uova, borragine, olio evo <b>SECONDO:</b> halibut*, limone, arance	<b>PIATTO UNICO:</b> pizzoccheri, scarola, biette*, ricotta salata	<b>PRIMO:</b> miglio, zucca <b>SECONDO:</b> ceci, patate, verdure miste	<b>PIATTO UNICO:</b> farina di mais, farina di grano saraceno, lenticchie, passata di pomodoro, verdure miste
<b>VENERDÌ</b>	<b>PIATTO UNICO:</b> Farina 0, farina di grano saraceno, lievito di birra, passata di pomodoro, mozzarella, fontal, origano, verdure miste	<b>PRIMO:</b> verdure miste*, fagioli dell'occhio <b>SECONDO:</b> platessa*, sesamo, farina di mais	<b>PIATTO UNICO:</b> Farina 0, farina di grano saraceno, lievito di birra, passata di pomodoro, mozzarella, fontal, origano, verdure miste	<b>PRIMO:</b> verdure miste*, cereali <b>SECONDO:</b> halibut*, farina di mais, farina di riso, aromi

**Note:** Si riportano solo gli ingredienti principali – l'olio utilizzato è sempre olio extra vergine d'oliva, il sale è quello iodato, il grana è sempre Grana Padano, la pasta (di frumento, di farro e integrale) il riso e l'orzo provengono da agricoltura biologica così come tutti i legumi ed alcune verdure - la carne utilizzata è sempre fresca di origine italiana, il pesce è surgelato, il merluzzo e la platessa derivano da pesca sostenibile. \*Si utilizzano prodotti surgelati