

MENU' A SCELTA SOLO SU RICHIESTA SCUOLE INFANZIA PRIMAVERA ESTATE 2024

GIORNO	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
LUNEDÌ	Pasta al pesto di rucola e pinoli Tortino di piselli e basilico Carote	Pasta al profumo di salvia Lenticchie in umido Insalata di patate	Risotto con pistacchi tostati Frittelle di cannellini e pomodori secchi Verdura gratinata	Pasta allo zafferano Caprese pomodoro e mozzarella Carote julienne
MARTEDÌ	Radicchio e noci Risotto ai peperoni Platessa con dadolata di pomodorini	Risotto al pesto di zucchine e menta Pasticcio di platessa Pomodori	Insalata mista Legumotti pomodoro e basilico Halibut al profumo di erba cipollina	Cous cous estivo Hamburger di borlotti Zucchine trifolate
MERCOLEDÌ	Passato di verdura con quinoa Uova strapazzate con sesamo e curcuma Julienne di zucchine	Miglio risottato al pesto di sedano Hummus con crostini integrali Cetrioli e mais	Insalata di miglio e quinoa con capperi e olive Omelette con verdura Iceberg con semi misti	Arancini di riso Crostino con tofu alle erbe Insalata mista
GIOVEDÌ	Chicche al sugo di verdura Duchessa di ceci e melanzane Insalata verde	Vellutata di zucchine e orzo Pomodori graten Carote julienne	Pinzimonio di verdure Pasta e piselli Bocconcini di merluzzo	Zuppa di fave con crostini Merluzzo in guazzetto con patate
VENERDÌ	Bastoncini di verdura Schiacciata al pomodoro Halibut graten Fagiolini	Insalata mista Bis di pizza margherita e verdura	Insalata verde con mele Lasagnette carasau con peperoni e scamorza	Verdura cotta e cruda Pizza margherita

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 PRIMAVERA ESTATE 2024

GIORNO	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
LUNEDÌ	PRIMO: Pasta di semola, rucola, pinoli SECONDO: piselli secchi, basilico, patate	PRIMO: pasta libera terra, olio evo, grana padano DOP, salvia SECONDO: lenticchie, verdure miste, passata di pomodoro	PRIMO: riso integrale, pistacchi, grana padano DOP SECONDO: cannellini, pomodori secchi, aglio, pane integrale	PRIMO: pasta integrale, zafferano, grana padano DOP SECONDO: mozzarella, pomodori, basilico
MARTEDÌ	PRIMO: riso integrale, cipolla, peperoni, grana padano DOP SECONDO: Platessa*, pomodorini, aglio, origano	PRIMO: riso integrale, zucchine, menta SECONDO: platessa*, passata di pomodoro, capperi, origano, aglio	PRIMO: legumotti, pomodori, basilico, aglio SECONDO: Halibut*, erba cipollina, pane grattugiato	PRIMO: cous cous integrale, basilico, pinoli, aglio SECONDO: borlotti, sesamo, basilico, aglio, limone
MERCOLEDÌ	PRIMO: verdura mista*, quinoa SECONDO: uova pastorizzate, sesamo, curcuma	PRIMO: miglio, sedano, olio evo SECONDO: ceci, sesamo, limone, aglio, olio evo, pane integrale	PRIMO: miglio, quinoa, capperi, olive SECONDO: uova pastorizzate, verdure miste	PRIMO: riso integrale, curcuma, verdure miste, grana padano DOP SECONDO: tofu, erba cipollina, pane integrale
GIOVEDÌ	PRIMO: chicche agli spinaci*, verdure miste, pomodori pelati SECONDO: ceci, melanzane, verdure miste	PRIMO: zucchine, verdure miste*, orzo SECONDO: pomodori, ricotta, aromi	PRIMO: pasta al farro, piselli secchi, cipolla SECONDO: merluzzo, farina di mais, farina di riso, aglio, aromi	PRIMO: fave, verdure miste, crostini integrali SECONDO: merluzzo, passata di pomodoro, aglio, origano, capperi, patate
VENERDÌ	PRIMO: farina 0, farina integrale, lievito di birra, pomodoro, origano SECONDO: halibut*, pane grattugiato, farina di riso, aromi	PIATTO UNICO: Farina 0, farina di grano saraceno, lievito di birra, passata di pomodoro, mozzarella, fontal, origano, verdure miste	PIATTO UNICO: pane carasau, peperoni, scamorza, latte di soia, farina 0, grana padana DOP	PIATTO UNICO: Farina 0, farina integrale, lievito di birra, passata di pomodoro, mozzarella, fontal, origano

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