



Menù Primavera-Estate - Scuola Primaria e Post - a.s. 2023/2024



Giorni e settimane		Primi piatti	Secondi piatti	Contorni	Frutta/Dessert
LUN	1	Passato di verdure con orzo	Robiola	Patate prezzemolate	Frutta
MAR		Pasta con pesto di zucchine	Polpettine di carne bianca al pomodoro	Insalata verde con semi di girasole	Frutta
MER		Riso alla parmigiana	Sfornato di legumi	Carote a bastoncino	Gelato
GIO		Pasta integrale al pomodoro e origano	Tortino di halibut al forno	Fagiolini all'olio	Frutta
VEN		Pasta con zucchine e zafferano	Frittata di verdure	Cavolo cappuccio	Frutta
LUN	2	Pasta al ragù vegetale	Merluzzo al forno alla mediterranea	Zucchine trifolate	Frutta
MAR		Riso al pomodoro	Frittata al forno con zucchine	Carote alla julienne	Frutta
MER		Lasagna al pesto	Mozzarella	Insalata mista	Frutta
GIO		Pasta con olio e grana	Fusello di pollo al forno	Pomodori	Yogurt alla frutta
VEN		Vellutata di carote con orzo	Polpette di melanzane e cannellini	Patate arrosto al rosmarino	Frutta
LUN	3	Pasta al pomodoro rustico	Polpettone alla ligure	Zucchine trifolate	Frutta
MAR		Pasta all'ortolana	Merluzzo dorato al forno	Insalata mista	Budino
MER		Pasta al pesto di zucchine e basilico	Bocconcini di pollo al forno	Cavolo cappuccio	Frutta
GIO		Trofie alla parodi	Spezzatino di lonza alla cacciatora	Fagiolini trifolati	Frutta
VEN		Minestra di verdura con crostini	Hamburger vegetale con panino al sesamo	Pomodori	Frutta
LUN	4	Riso alle melanzane	Straccetti di vitellone all'arancia	Insalata mista carote e noci	Frutta
MAR		Gnocchi di patate al pomodoro	Frittata con le verdure	Zucchine all'origano	Yogurt alla frutta
MER		Tagliatelle al ragù	Stracchino	Insalata	Frutta
GIO		Pasta con olio e grana	Polpette di ceci e zucchine	Carote e pomodori	Frutta
VEN		Crema di carote con farro	Merluzzo in crosta di mais e mandorle	Patate al vapore	Frutta
LUN	5	Pasta integrale con crema di piselli	Polpette di carne al forno	Cavolo cappuccio	Frutta
MAR		Crema di zucchine con crostini	Bocconcini di merluzzo in crosta di pangrattato e sesamo	Purè di patate	Crostata
MER		Riso alle verdure	Mozzarella	Pomodori e origano	Frutta
GIO		Ravioli al ragù di lenticchie	Petto di pollo al forno	Insalata mista	Frutta
VEN		Pasta al pomodoro e olive	Frittata di verdure	Spinaci al limone	Frutta
LUN	6	Minestra di legumi con riso	Straccetti di tacchino alla pizzaiola	Patate al forno	Frutta
MAR		Pizza alla marinara	Stracchino	Insalata mista	Yogurt alla frutta
MER		Pasta profumata al limone e timo	Frittata di verdure	Zucchine gratinate	Frutta
GIO		Pasta al pomodoro	Arrosto di maiale	Insalata mista con frutta a guscio	Frutta
VEN		Pasta con olio e grana	Sfornato di pesce al forno	Carote e mais	Frutta

A completamento del pasto sarà fornito Pane fresco / Pane integrale

Le tipologie di frutta sono a titolo esemplificativo in rappresentazione della stagionalità e ne verranno fornite almeno 3 tipologie a settimana