

MENU' SCUOLE DELL'INFANZIA e PRIMARIA del COMUNE di POGGIRIDENTI

| 1° LUNEDI' | 2° LUNEDI' | 3° LUNEDI' | 4° LUNEDI' |
|--|--|---|---|
| PASTA al RAGU' VEGETALE PETTO di POLLO al forno VERDURA FRUTTA di STAGIONE PANE | RISO E PISELLI ½ PROSCIUTTO COTTO s.p.(Infanzia e Primaria) e ½ BRESAOLA (solo Primaria) VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE | RISOTTO allo ZAFFERANO o alle VERDURE TACCHINO al forno VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE | GNOCCHI di PATATE al POMODORO o PASTA POMODORO e RICOTTA PROSCIUTTO COTTO senza polifosfati VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE |
| 1° MARTEDI' | 2° MARTEDI' | 3° MARTEDI' | 4° MARTEDI' |
| RISOTTO allo ZAFFERANO FORMAGGI MISTI VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE | PASTA al POMODORO o al PESTO (***) FUSI di POLLO ARROSTO VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE | PASTA AL POMODORO FORMAGGI MISTI VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE | RISOTTO alla PARMIGIANA MACINATA di VITELLONE con CAROTE e PISELLI al forno FRUTTA di STAGIONE PANE |
| 1° MERCOLEDI' | 2° MERCOLEDI' | 3° MERCOLEDI' | 4° MERCOLEDI' |
| FRULLATO di VERDURA SCALOPPINE di LONZA PATATE al FORNO FRUTTA di STAGIONE PANE | POLENTA O PURE' BOCCONCINI di VITELLONE con VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE | RAVIOLI RICOTTA e SPINACI SCALOPPINE di LONZA VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE | Infanzia : PASTA in BIANCO(*) e FRITTATA al forno Primaria : PIZZOCCHERI VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE |
| 1° GIOVEDI' | 2° GIOVEDI' | 3° GIOVEDI' | 4° GIOVEDI' |
| VERDURE MISTE LASAGNE al RAGU' CARNE di VITELLONE FRUTTA di STAGIONE PANE | CREMA di VERDURE PIZZA MARGHERITA FRUTTA di STAGIONE PANE | VERDURE MISTE LASAGNE al ragù di legumi e verdure/PASTA e FAGIOLI o LENTICCHIE FRUTTA di STAGIONE PANE | PASTA al RAGU' VEGETALE BOCCONCINI di POLLO al forno VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE |
| 1° VENERDI' | 2° VENERDI' | 3° VENERDI' | 4° VENERDI' |
| PASTA in BIANCO(*) FILETTI di PLATESSA/MERLUZZO al forno VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE | PASTA al TONNO(**) FILETTO di MERLUZZO/PLATESSA al forno VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE | PASTA in BIANCO(*) FILETTO di MERLUZZO/PLATESSA al forno VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE | PASTA AL PESTO MERLUZZO al pomodoro al forno VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE |

(*) solo **OLIO EXTRA VERGINE di OLIVA** (**) **TONNO AL NATURALE** CONFEZIONATO PREFERIBILMENTE IN VETRO (***) **PESTO**= preparato fresco con basilico, olio extra vergine d'oliva, pinoli, grana cor poco o niente aglio

utilizzo di solo **PREPARATO PER BRODO VEGETALE** senza glutammato e di **SALE IODATO**

PESCE = deve essere assicurata una accurata deliscatura

VERDURE MISTE = offrire possibilmente due verdure a pasto, assicurando almeno 3 differenti prodotti alla settimana, alternando VERDURE CRUDE e COTTE. **Condire solo con olio extra vergine di oliva.**

LE PATATE, per il loro contenuto in amido, non vanno considerate verdure; devono essere somministrate solo quando specificate nel menù (bollite o arrosto)

FRUTTA = può essere distribuita a metà mattina o a pasto, assicurando almeno 3 differenti qualità alla settimana. Di tanto in tanto si può offrire MACEDONIA DI FRUTTA FRESCA senza zucchero

PANE A RIDOTTO CONTENUTO DI SALE come indicato dalla "Campagna regionale con meno sale c'è più gusto"

