

MENU' INVERNALE

SETTEMBRE-DICEMBRE 2015

**SCUOLA DELL'INFANZIA "ARCOBALENO" e "STELLA POLARE" di Paniga
SCUOLA PRIMARIA "DAMIANI" e "GIANOLO" Campovico di MORBEGNO**

DAMIANI (CS)
 GIANOLO (CS)
 MORBEGNO (CS)
 21 SET 2015
 Prof. N. Zeffa 1/26

| 1° LUNEDI' | 2° LUNEDI' | 3° LUNEDI' | 4° LUNEDI' |
|---|---|---|--|
| FRULLATO di VERDURA con CROSTINI PETTO di POLLO agli AROMI PATATE FRUTTA di STAGIONE PANE | PASTA al POMODORO e RICOTTA ARROSTO di MAIALE al forno VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE | RAVIOLI di MAGRO al POMODORO/in BIANCO (*) ARROSTO di TACCHINO al forno VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE | PASTA al POMODORO BASTONCINI di MERLUZZO al forno VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE |
| 1° MARTEDI' | 2° MARTEDI' | 3° MARTEDI' | 4° MARTEDI' |
| PASTA al POMODORO FORMAGGI MISTI VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE | PASTA IN BIANCO(*) PLATESSA/MERLUZZO al forno VERDURE MISTE YOGURT alla FRUTTA PANE | RISOTTO allo ZAFFERANO MERLUZZO/PLATESSA al forno VERDURE MISTE YOGURT alla FRUTTA PANE | FRULLATO di VERDURA con RISO BOCCONCINI/SCALOPPINE di MAIALE al forno PATATE YOGURT alla FRUTTA PANE |
| 1° MERCOLEDI' | 2° MERCOLEDI' | 3° MERCOLEDI' | 4° MERCOLEDI' |
| PIZZOCCHERI ½ PORZIONE di BRESAOLA VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE | LASAGNE o PASTA PASTICCATA con RAGU' di CARNE ½ PORZIONE di PROSCIUTTO COTTO VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE | POLENTA /PURE' di PATATE SPEZZATINO di VITELLONE con VERDURE FRUTTA di STAGIONE PANE | LASAGNE o PASTA PASTICCATA al RAGU' di CARNE ½ PORZIONE di PROSCIUTTO COTTO VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE |
| 1° GIOVEDI' | 2° GIOVEDI' | 3° GIOVEDI' | 4° GIOVEDI' |
| RISOTTO alle VERDURE frullate ARROSTO di MANZO al forno VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE | RISO in BIANCO(*)/alla PARMIGIANA BOCCONCINI di TACCHINO al forno VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE | FRULLATO di VERDURE e LEGUMI con CROSTINI/ORZO BOCCONCINI di POLLO al forno PATATE FRUTTA di STAGIONE PANE | GNOCCHI di PATATE al POMODORO/PASTA in BIANCO(*) ARROSTO di TACCHINO FREDDO VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE |
| 1° VENERDI' | 2° VENERDI' | 3° VENERDI' | 4° VENERDI' |
| PASTA in BIANCO(*) MERLUZZO/PLATESSA al FORNO VERDURE MISTE YOGURT alla FRUTTA PANE | PASTA al TONNO(**) FRITTATA al forno VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE | PASTA al RAGU' VEGETALE (verdure frullate) FORMAGGI MISTI VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE | PASTA al TONNO(**) FRITTATA al forno VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE |

(*) olio extra vergine di oliva

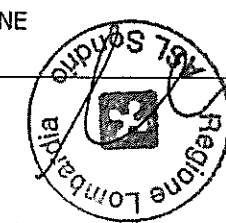
(**) TONNO AL NATURALE CONFEZIONATO PREFERIBILMENTE IN VETRO

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

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 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, saranno somministrate anche mousse di frutta in alternanza alla frutta fresca



31 AGO 2015