

* il menù sarà in vigore dal 29.10.2018 con la 4^a settimana

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
I SETTIMANA	Pisarei e fasò Filetto di merluzzo gratinato Finocchi in insalata Pane comune/ integrale Frutta fresca	Passato di verdura e legumi con orzo/farro Arrosto di tacchino Patate al forno Pane comune /integrale Frutta fresca	Pasta al pesto di broccoli Raspadura / grana in scaglie Insalata a foglia Pane comune /integrale Frutta fresca	Polenta Brasato Carote Pane comune /integrale Frutta fresca	Pasta al ragù di pesce Rollè di frittata Fagiolini in insalata / al vapore Pane comune /integrale Frutta fresca
II SETTIMANA	Gnocchi al pomodoro Mozzarella / crescenza Insalata verde Pane comune/ integrale Frutta fresca	Pasta con crema di piselli e curcuma Frittata con erbe Fagiolini Pane comune /integrale Frutta fresca	Pasta al pesto Polpettine di zucca e cannellini Finocchi in insalata Pane comune /integrale Frutta fresca	Passato di verdure e legumi con crostini Cotoletta di pollo Broccoletti / cavolo cappuccio Pane comune /integrale Frutta fresca	Risotto al pomodoro Merluzzo dorato Carote Pane comune /integrale Frutta fresca
III SETTIMANA	Buffet di verdure Formaggio ½ porzione Pizza margherita Pane comune /integrale ½ porzione Frutta fresca	Pasta al pomodoro Scaloppine di lonza al limone Insalata a foglia Pane comune /integrale Frutta fresca	Passato di verdure e piselli con orzo / farro Arrosto di tacchino agli aromi Patate al forno / purè di patate Pane comune /integrale Frutta fresca	Riso all'olio Polpettine di salmone al forno Finocchi e carote Pane comune /integrale Frutta fresca	Pasta / pasta integrale al pesto Grana in scaglie Broccoletti /cavolo cappuccio Pane comune /integrale Frutta fresca
IV SETTIMANA	Pasta al ragù di carne Frittata agli aromi ½ porz. Finocchi in insalata/gratinati Pane comune / integrale Frutta fresca	Pasta integrale al pesto rosso Formaggio fresco spalmabile Carote Pane comune /integrale Frutta fresca	Pasta agli aromi Platessa / sogliola dorata con avena al forno Broccoletti / cavolo cappuccio Pane comune /integrale Frutta fresca	Passato di verdure e legumi con crostini Cosce di pollo / petto di pollo (per sc. infanzia) al rosmarino Fagiolini Pane comune /integrale Frutta fresca	Risotto alla zucca Tortino di piselli Insalata verde Pane comune /integrale Frutta fresca

- Il pane somministrato è **sempre a ridotto contenuto di sale (1.7% sul peso della farina)**, garantendo **almeno una volta alla settimana** viene somministrato **pane integrale**

- Le **proposte di frutta fresca sono settimanalmente calendarizzate**, alternando e garantendo almeno tre diverse tipologie di frutta nella settimana.

- Le grammature utilizzate sono in linea con il documento ATS di riferimento.

- In fase di preparazione e condimento viene utilizzato esclusivamente olio di oliva extravergine

- In fase di preparazione e condimento dei piatti viene utilizzato esclusivamente sale iodato.

- Dove non specificata la tipologia di verdura, si garantiscono almeno quattro varietà diverse nella settimana a seconda della stagionalità.

- Ove previsto dagli accordi scolastici/comunali la frutta viene somministrata come spuntino a metà mattina.

- Nel ragù di pesce i filetti utilizzati sono di platessa o sogliola – la ½ porzione di formaggio presente con la pizza sarà a rotazione: primosale o emmenthal

- Il pane viene servito dopo la somministrazione del primo piatto.

- Ingredienti quali filetti di pesce oppure alcune verdure da consumarsi cotte potrebbero essere surgelati all'origine



COMUNE DI VISTARINO – SCUOLA DELL'INFANZIA E PRIMARIA

Menù Autunno Inverno 2018-19 – MENU ETICO - RELIGIOSO

Quando necessario/richiesto sostituire: (RICHIESTE ETICO RELIGIOSE)

- **CARNI AVICOLE** (POLLO E TACCHINO) CON LE PREPARAZIONI INDICATE CON IL NUMERO (1)
- **CARNE SUINA** (LONZA, PROSCIUTTO COTTO/CRUDO) CON LE PREPARAZIONI INDICATE CON IL NUMERO (2)
- **CARNE BOVINA** (VITELLO, VITELLONE, MANZO, BRESAOLA) CON LE PREPARAZIONI INDICATE CON IL NUMERO (3)
- QUALORA SI RENDA NECESSARIA ANCHE L'ESCLUSIONE DEI **PRODOTTI ITTICI** (PESCE FRESCO O SURGELATO ED IN SCATOLA) SOMMINISTRARE PREPARAZIONE CON IL NUMERO (4)

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
I SETTIMANA	Pisarei e fasò Filetto di merluzzo gratinato (4) FAGIOLI Finocchi in insalata Pane comune/ integrale Frutta fresca	Passato di verdura e legumi con orzo/farro Arrosto di tacchino (1) FILETTO DI PESCE (4) FRITTATA Patate al forno Pane comune /integrale Frutta fresca	Pasta al pesto di broccoli Raspadura / grana in scaglie Insalata a foglia Pane comune /integrale Frutta fresca	Polenta Brasato (2) FILETTO DI PESCE (4) FORMAGGIO Carote Pane comune /integrale Frutta fresca	Pasta al ragù di pesce (4) PASTA AL POMODORO Rollè di frittata Fagiolini in insalata / al vapore Pane comune /integrale Frutta fresca
II SETTIMANA	Gnocchi al pomodoro Mozzarella / crescenza Insalata verde Pane comune/ integrale Frutta fresca	Pasta con crema di piselli e curcuma Frittata con erbe Fagiolini Pane comune /integrale Frutta fresca	Pasta al pesto Polpettine di zucca e cannellini Finocchi in insalata Pane comune /integrale Frutta fresca	Passato di verdure e legumi con crostini Cotoletta di pollo (1) FILETTO DI PESCE (4) FORMAGGIO Broccoletti / cavolo cappuccio Pane comune /integrale Frutta fresca	Risotto al pomodoro Merluzzo dorato (4) FRITTATA Carote Pane comune /integrale Frutta fresca
III SETTIMANA	Buffet di verdure ½ porzione formaggio Pizza margherita Pane comune /integrale ½ porzione Frutta fresca	Pasta al pomodoro Scaloppine di lonza al limone (2) FRITTATA Insalata a foglia Pane comune /integrale Frutta fresca	Passato di verdure e piselli con orzo / farro Arrosto di tacchino agli aromi (1) FILETTO DI PESCE (4) FORMAGGIO Patate al forno / purè di patate Pane comune /integrale Frutta fresca	Riso all'olio Polpettine di salmone al forno (4) PISELLI Finocchi e carote Pane comune /integrale Frutta fresca	Pasta / pasta integrale al pesto Grana in scaglie Broccoletti /cavolo cappuccio Pane comune /integrale Frutta fresca
IV SETTIMANA	Pasta al ragù di carne (3) PASTA AL POMODORO Frittata agli aromi ½ porz. (3) FRITTATA AGLI AROMI 1 PORZIONE Finocchi in insalata/gratinati Pane comune / integrale Frutta fresca	Pasta integrale al pesto rosso Formaggio fresco spalmabile Carote Pane comune /integrale Frutta fresca	Pasta agli aromi Platessa / sogliola dorata con avena al forno (4) LENTICCHIE Broccoletti / cavolo cappuccio Pane comune /integrale Frutta fresca	Passato di verdure e legumi con crostini Cosce di pollo / petto di pollo (per sc. infanzia) al rosmarino (1) FILETTO DI PESCE (5) FORMAGGIO Fagiolini Pane comune /integrale Frutta fresca	Risotto alla zucca Tortino di piselli Insalata verde Pane comune /integrale Frutta fresca

PER LA PREPARAZIONE E SOMMINISTRAZIONE DEI PIATTI FARE RIFERIMENTO A TUTTE LE INDICAZIONI A PEDICE DEL MENU COLLETTIVO.