

MENU' INVERNALE PER LE SCUOLE DELL'INFANZIA - PRIMARIA - Istituto Comprensivo di BIENNO

1° LUNEDI'	2° LUNEDI'	3° LUNEDI'	4° LUNEDI'
PASTA ALL'ORTOLANA FORMAGGI MISTI CAROTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO PROSCIUTTO COTTO (SENZA POLIFOSFATI) SPINACI/INSALATA FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA AL POMODORO FORMAGGI MISTI CAROTE CRUDE/VERDURA COTTA FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA ALL'ORTOLANA SCALOPPINE DI VITELLO CAROTE COTTE/INSALATA FRUTTA DI STAGIONE PANE
1° MARTEDI'	2° MARTEDI'	3° MARTEDI'	4° MARTEDI'
INSALATA LASAGNE AL RAGU' CARNE DI VITELLONE FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA AL POMODORO POLLO ARROSTO INSALATA/VERDURA COTTA FRUTTA DI STAGIONE PANE	POLENTA SPEZZATINO DI VITELLO CON CAROTE E PISELLI FRUTTA DI STAGIONE PANE	FAGIOLINI/INSALATA PIZZOCCHERI O RAVIOLI RICOTTA E SPINACI FRUTTA DI STAGIONE MACEDONIA (SCUOLA INFANZIA) PANE
1° MERCOLEDI'	2° MERCOLEDI'	3° MERCOLEDI'	4° MERCOLEDI'
RISOTTO ALLO ZAFFERANO O ALLA ZUCCA FRITTATA AL FORNO CAVOLFIORE FRUTTA DI STAGIONE PANE	FAGIOLINI/INSALATA PIZZA MARGHERITA FRUTTA DI STAGIONE MACEDONIA (SCUOLA PRIMARIA) PANE	RISOTTO ALLA PARMIGIANA FRITTATA AL FORNO CAVOLFIORE/INSALATA FRUTTA DI STAGIONE PANE	RISO E PISELLI O LENTICCHIE PROSCIUTTO COTTO (SENZA POLIFOSFATI) FINOCCHI/INSALATA FRUTTA DI STAGIONE PANE
1° GIOVEDI'	2° GIOVEDI'	3° GIOVEDI'	4° GIOVEDI'
FRULLATO DI VERDURA POLPETTE di carne e verdure AL FORNO PATATE LESSE FRUTTA DI STAGIONE PANE	RISO IN BIANCO (*) SCALOPPINE DI TACCHINO CAROTE COTTE/INSALATA FRUTTA DI STAGIONE PANE	ZUPPA DI ORZO BOCCONCINI DI POLLO AL FORNO ERBETTE/INSALATA FRUTTA DI STAGIONE PANE	FRULLATO DI VERDURA FESA DI TACCHINO AGLI AROMI CROCCHETTE DI PATATE della cuoca AL FORNO FRUTTA DI STAGIONE PANE
1° VENERDI'	2° VENERDI'	3° VENERDI'	4° VENERDI'
PASTA IN BIANCO (*) FILETTI DI PLATESSA AL FORNO PISELLI/INSALATA FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA AL RAGU' VEGETALE FILETTI DI PESCE PERSICO AL FORNO INSALATA/VERDURA COTTA FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA IN BIANCO (*) FILETTI DI PLATESSA AL FORNO INSALATA/VERDURA COTTA FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA CON RAGU' DI TONNO (**) FILETTI DI PESCE PERSICO AL FORNO INSALATA/VERDURA COTTA FRUTTA DI STAGIONE PANE

(*) Condire solo con **olio extra vergine di oliva** (**) **Tonno al naturale**, confezionato in vetro (****) **Pesto** fresco: basilico, olio extra vergine di oliva, parmigiano/pecorino, mandorle. O confezionato senza aglio in vetro. **PESCE**: deve essere assicurata una accurata deliscatura. **VERDURE MISTE**: offrire possibilmente 2 tipi di verdure a pasto, assicurando almeno 3 differenti prodotti alla settimana, alternando VERDURE CRUDE e COTTE. **NOTA: patate**, per il loro contenuto di amido, non vanno considerate verdure; devono essere somministrate solo quando specificate nel menù. **VIETATE PATATINE FRITTE**. **CROSTINI** ottenuti esclusivamente da pane comune tostato. **FRUTTA**: assicurando almeno tre diversi prodotti alla settimana, meglio se distribuita a metà mattina e di tanto in tanto alternata con MACEDONIA DI FRUTTA FRESCA. **TORTA DELLA CUOCA**: (torta margherita, torta allo yogurt, torta di mele/frutta o con confettura) 1 VOLTA AL MESE PER FESTEGGIARE I COMPLEANNI, meglio se offerta all'intervallo di metà mattina o a merenda, ma in sostituzione della frutta fresca prevista al pasto.

Utilizzo di **solo PREPARATO PER BRODO VEGETALE** senza glutammato. **SALE IODATO**. **PANE A RIDOTTO CONTENUTO DI SALE E OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA** sia per condimenti a crudo che per la cottura.