

COMUNE DI REGGELLO – SERVIZIO MENSA SCOLASTICA – MENU' INVERNALE
SCUOLA SECONDARIA DI 1°GRADO

I SETTIMANA				
LUNEDÌ	Pasta integrale al pomodoro Pasta all'olio	Stracchino Filetti di platessa impanati al forno	Carote al vapore	Frutta di stagione
MERCOLEDÌ	Pasta al ragù Pasta al pesto	Petto di pollo alla salvia Frittata semplice	Bis di cavoli al vapore	Frutta di stagione
VENERDÌ	Pasta al ragù vegetale Risotto alla parmigiana	Hamburger alla pizzaiola Filetti di halibut olio e limone	Spinaci saltati	Frutta di stagione
II SETTIMANA				
LUNEDÌ	Pasta al pesto Pasta al tonno/pesce	Polpette di merluzzo al forno Bocconcini di tacchino agli aromi	Fagiolini all'olio	Frutta di stagione
MERCOLEDÌ	Passato di verdura con pasta Pizza rossa	Ricotta Prosciutto crudo	Carote julienne	Crostata alla marmellata
VENERDÌ	Pasta al pomodoro Risotto con verdure di stagione	Bocconcini di pollo impanati Frittata con spinaci	Finocchi julienne	Frutta di stagione

Dott.ssa Elisa Cardilicchia – Biologa Nutrizionista

Nel menù è stata seguita il più possibile la stagionalità della verdura per limitare l'utilizzo di prodotti surgelati quando possibile, le preparazioni sono fresche e vengono effettuate nella stessa giornata dell'utilizzo. Qualora qualche verdura di stagione o altro prodotto riportato in menù non sia disponibile per motivi debitamente motivati la Nutrizionista provvederà a scegliere l'alimento idoneo per una sostituzione.

I prodotti ittici sono surgelati.

III SETTIMANA				
LUNEDÌ	Risotto al pomodoro Pasta alla boscaiola	Frittata semplice Arista	Finocchi all'olio	Frutta di stagione
MERCOLEDÌ	Pasta al pesto Passato di verdure con pasta	Filetti di halibut olio e limone Focaccia ripiena cotto e fontina	Fagiolini all'olio	Frutta di stagione
VENERDÌ	Gnocchi al pomodoro Pasta all'olio	Straccetti di pollo agli agrumi Mozzarella	Bis di patate e carote	Frutta di stagione
IV SETTIMANA				
LUNEDÌ	Pasta al ragù vegetale Pasta al tonno/pesce	Bastoncini di pesce impanati al forno Petto di pollo alla salvia	Insalata mista	Frutta di stagione
MERCOLEDÌ	Lasagne al ragù Risotto alla zucca gialla	Bocconcini di parmigiano Prosciutto crudo	Carote al vapore	Frutta di stagione
VENERDÌ	Passato di legumi (fagioli) con pasta Pasta al pomodoro	Petto di tacchino al forno Frittata semplice	Bietola saltata	Crostata con marmellata

Dott.ssa Elisa Cardilicchia – Biologa Nutrizionista

Nel menù è stata seguita il più possibile la stagionalità della verdura per limitare l'utilizzo di prodotti surgelati quando possibile, le preparazioni sono fresche e vengono effettuate nella stessa giornata dell'utilizzo. Qualora qualche verdura di stagione o altro prodotto riportato in menù non sia disponibile per motivi debitamente motivati la Nutrizionista provvederà a scegliere l'alimento idoneo per una sostituzione.

I prodotti ittici sono surgelati.

V SETTIMANA				
LUNEDÌ	Pasta all'olio Crema zucca, porri (o altra verdura di stagione) e patate con cereali (orzo o riso)	Scaloppina di vitello alla pizzaiola Mozzarella	Spinaci saltati	Budino al cioccolato
MERCOLEDÌ	Risotto alla parmigiana Pasta al pomodoro	Frittata con spinaci Bocconcini di tacchino agli aromi	Carote julienne	Frutta di stagione
VENERDÌ	Pasta al pesto Pasta al ragù	Polpette di merluzzo al forno Petto di pollo alla salvia	Finocchi all'olio	Frutta di stagione

Dott.ssa Elisa Cardicchia – Biologa Nutrizionista

Nel menù è stata seguita il più possibile la stagionalità della verdura per limitare l'utilizzo di prodotti surgelati quando possibile, le preparazioni sono fresche e vengono effettuate nella stessa giornata dell'utilizzo. Qualora qualche verdura di stagione o altro prodotto riportato in menù non sia disponibile per motivi debitamente motivati la Nutrizionista provvederà a scegliere l'alimento idoneo per una sostituzione.

I prodotti ittici sono surgelati.