

MENU INVERNALE

COMUNE DI VIGNATE

ANNO SCOLASTICO 2022/2023 Scuola dell'infanzia/primaria/secondaria di primo grado

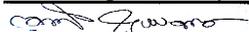
in vigore dal 27/12/2022 al 31/03/23 - Approvato in commissione mensa 15/12/22 Modificato secondo indicazioni Ats il 23/01/2023 in vigore dal 6 Marzo 2023

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1a settimana	Pasta integrale alle zucchine Frittata con patate Finocchi grattugiati Pane bio Frutta fresca bio	Riso allo zafferano Parmigiano reggiano/padano Tris di verdure cotte Pane integrale Frutta fresca bio	Pasta agli aromi Ragù di lenticchie Fagiolini Pane bio Frutta fresca bio	Crema di zucca con crostini Polpette di pollo Carote julienne Pane bio Frutta fresca bio	Pasta al pesto fatto dalla cuoca Platessa impanata Zucchine al forno Pane bio Frutta fresca bio
2a settimana	Ravioli di magro olio e salvia Primo sale ½ porzione Carote julienne al limone Pane integrale Frutta fresca bio	Pasta integrale alla crema di zucchine Hamburger di tacchino Tris di verdure cotte Pane bio Frutta fresca bio	Pasta al pomodoro Straccetti di totano al forno Finocchi crudi Pane bio Frutta fresca bio	Pasta alla mediterranea* Crocchetta di legumi Insalata Pane bio Frutta fresca bio	Pastina in brodo vegetale Polpette di merluzzo fatte dalla cuoca Fagiolini Pane bio Frutta fresca bio
3a settimana	Risotto al pomodoro Piselli brasati Carote cotte Pane bio Frutta fresca bio	Polenta Arrosto di lonza Fagiolini Pane integrale Frutta fresca bio	Insalata cavolo viola e mais Pizza margherita Crackers Frutta fresca bio	Crema di carote con pastina Frittata con zucchine Tris di verdure cotte Pane bio Frutta fresca bio	Spaghetti aglio e olio (pasta corta alle materne) Platessa impanata dalla cuoca Spinaci aromatizzati Pane bio Frutta fresca
4a settimana	Tris di cereali al pomodoro Formaggio spalmabile Finocchi Pane integrale Frutta fresca bio	Pastina in brodo vegetale Hamburger di legumi Zucchine al forno Pane bio Frutta fresca bio	Pasta integrale ai broccoli Cotoletta di tacchino al forno Fagiolini Pane bio Frutta fresca bio	Crema di legumi mista con orzo Crocchette patate dello cheff Erbette al forno Pane bio Frutta fresca bio	Risotto alla parmigiana Polpette di merluzzo fatte dalla cuoca Insalata Pane bio Frutta fresca bio

Note: Prodotti da Agricoltura Biologica: Pasta, legumi secchi, (orzo, riso, farro, fagioli), yogurt, **olio extra vergine di oliva (utilizzato come unico condimento)**, aceto di mele, pomodoro in scatola, uova, succhi di frutta, verdura fresca, frutta fresca, verdura gelo, farina bianca e gialla, latte fresco, carne fresca di manzo, pollo, tacchino., i prodotti utilizzati sono di origine italiana ad eccezione di verdure gelo ,pesce , fagioli borlotti, pesce . Le arance a Lotta Integrata, banane equo solidale, Formaggi freschi D.O.P., cacao equo solidale.

. Il sale è iodato. Il pane è a basso contenuto di sodio e viene consumato laddove è possibile con il secondo piatto. Torta fatta dal cuoco a fine mese verrà data per festeggiare i compleanni. La frutta fresca verrà servita a metà mattina (sarà almeno di tre varietà)*Pasta alla mediterranea verrà fatta alternando verdure di stagione a rotazione Le grammature rispettano il documento Ats "Mangiar sano a scuola". TUTTE LE PIETANZE VENGONO PREPARATE PRESSO IL CENTRO COTTURA DEL REFETTORIO SCOLASTICO. Per ulteriori informazioni sul servizio consultare il sito www.comune.vignate.mi.it/servizi/ristorazione-scolastica"

Si informano gli utenti che i prodotti presenti a menu possono contenere uno o più dei seguenti allergeni: cereali contenenti glutine, crostacei, uova, pesce, arachidi, soia, latte e derivati, sedano, senape, semi di sesamo, anidride solforosa e solfiti.



DIETISTA ELIOR