

MENU ESTIVO

ANNO SCOLASTICO 2022/2023 -Comune di Vignate- CENTRI ESTIVI

NO PESCE E DERIVATI

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1a settimana	Pizza margherita Carote alla julienne Budino al cioccolato Frutta fresca	Fusilli zucchine e curcuma Pollo alle erbe Pomodori Pane bio Frutta fresca	Tris di cereali al pomodoro (riso, farro, orzo) Mozzarella Insalata mista Pane integrale Frutta fresca	Pasta pomodoro e melanzane Frittatina Zucchine al forno Pane bio Frutta fresca	Risotto alla parmigiana Polpette di legumi fatte dalla cuoca Fagiolini Pane bio Frutta fresca
2a settimana	Risotto allo zafferano Formaggio fresco Pomodori Pane integrale Frutta fresca	Pasta alla rustica fredda (con olive e pomodoro) Cotoletta di tacchino impanata Insalata mista Pane bio Frutta fresca	Carote julienne Pizza margherita Gelato	Pasta all'olio e grana Hamburger con piselli e verdure (fatti dal cuoco) Zucchine fresche al forno Pane bio Frutta fresca	Pasta olio e basilico Scaloppina di tacchino al forno Fagiolini Pane bio Frutta fresca
3a settimana	Riso al pesto di zucchine Mozzarella Carote julienne Pane bio Frutta fresca	Pasta estiva alle verdure Bocconcini di pollo Insalata Pane integrale Frutta fresca	Tris di verdure fresche Pasta al ragù di manzo Pane bio Frutta fresca	Fagiolini Pizza margherita Frutta fresca	Riso bianco all'olio Polpette di legumi fatte dal cuoco Pomodori Pane bio Frutta fresca
4a settimana	Pasta integrale al pesto di zucchine fresche Frittatina Carote a rondelle Pane bio Frutta fresca	Risotto alla milanese Hamburger di pollo fatti dal cuoco di carne fresca Cavolo cappuccio bianco e viola Pane bio Frutta fresca	Pomodori Pizza margherita Frutta fresca	Pasta all' olio extravergine Sfornato di legumi fatto dal cuoco Insalata mista Pane integrale Frutta fresca	Pasta al ragù di verdure Fettina di tacchino dorata Fagiolini Pane bio Frutta fresca

MENU' REDATTO DA DIETISTA ELIOR CAMPO SIMONA

