

MENU ESTIVO

ANNO SCOLASTICO 2024/2025 - Comune di Vignate - Scuola dell'infanzia/primaria/secondaria di primo grado in vigore dal 01/06/2025 al 17/10/2025

DIETA PRIVA DI CARNE E SALUMI

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1a settimana	Pasta al pesto Piselli Brasati Carote cotte Pane bio Frutta fresca	Fusilli zucchine e curcuma Filetto di merluzzo al forno Pomodori Pane bio Frutta fresca	Tris di cereali allo zafferano (riso, farro, orzo) Mozzarella Insalata mista Pane bio Frutta fresca	Pasta pomodoro e melanzane Uova strapazzate Zucchine al forno Pane bio Frutta fresca	Pasta olio e grana Polpette di merluzzo fatte dalla cuoca Fagiolini Pane bio Frutta fresca
2a settimana	Risotto allo zafferano Formaggio fresco Carote julienne Pane bio Frutta fresca	Pasta integrale alla rustica calda (con olive e pomodoro) Frittata Pomodori Pane bio Frutta fresca	Insalata mista Pizza margherita Gelato	Pasta all'olio e grana Hamburger di legumi (fatti dal cuoco) Zucchine fresche al forno Pane bio Frutta fresca	Pasta olio e basilico Bastoncini di pesce non prefritti al forno Pomodori Pane bio Frutta fresca
3a settimana	Pasta al pesto di zucchine Mozzarella Carote julienne Pane bio Frutta fresca	Tris di verdure fresche Pasta al ragù di lenticchie Pane bio Frutta fresca	Pasta estiva alle verdure Hamburger di legumi e verdure Insalata Pane bio Frutta fresca	Pasta al pesto fatto dal cuoco Uova strapazzate Fagiolini Pane bio Frutta fresca	Riso bianco all'olio Polpette di merluzzo fatte dal cuoco/ Merluzzo impanato Pomodori Pane bio Frutta fresca
4a settimana	Pasta integrale al pomodoro Uova strapazzate Carote a rondelle Pane bio Frutta fresca	Risotto alla milanese Hamburger di legumi fatti dalla cuoca Cavolo cappuccio Pane bio Frutta fresca	Fagiolini Pizza margherita Frutta fresca	Pasta all' olio extravergine Sformato di legumi fatto dal cuoco Insalata mista Pane bio Frutta fresca	Pasta al ragù di verdure Bastoncini di pesce non prefritti al forno Pomodori Pane bio Frutta fresca

MENU' REATTO DA DIETISTA ELIOR CAMPO SIMONA

