



# MENÙ INVERNO

ANNO SCOLASTICO 2025/2026 –

Scuola dell'infanzia/primaria/secondaria di primo grado.  
Comune di Vignate

## DIETA PRIVA DI FRUTTA A GUSCIO

	I Settimana	II Settimana	III Settimana	IV Settimana
<b>Lunedì</b>	Pasta integrale al pomodoro Uova strapazzate Finocchi grattugiani Pane bio Frutta fresca bio	Ravioli di magro olio e salvia Primo sale ½ porzione Carote julienne al limone Pane bio Frutta fresca bio	Risotto allo zafferano Piselli brasati Carote cotte Pane bio Frutta fresca bio	Tris di cereali al pomodoro Formaggio spalmabile Finocchi Pane bio Frutta fresca bio
<b>Martedì</b>	Riso allo zafferano Polpette di merluzzo Tris di verdure cotte Pane bio Cracker*	Pasta integrale alla crema di zucchine Hamburger di tacchino Finocchi crudi Pane bio Cracker*	Pasta ai broccoli Polpette di pollo Zucchine al forno Pane bio Cracker*	Polenta Arrosto di lonza agli aromi Carotine cotte Pane bio Cracker*
<b>Mercoledì</b>	Crema di zucca con orzo Bocconcini di pollo al limone Carote julienne Pane bio Yogurt*	Pastina in brodo vegetale Bastoncini di merluzzo non prefritti Fagiolini Pane bio Yogurt*	Crema di carote con pastina Uova strapazzate Tris di verdure cotte Pane bio Yogurt*	Crema di legumi mista senza tracce di frutta a guscio Crocchette di patate fatte dallo chef Erbette al forno Pane bio Frutta fresca bio
<b>Giovedì</b>	Pasta agli aromi Ragù di lenticchie senza tracce di frutta a guscio Fagiolini Pane bio Frutta fresca bio	Erbette aromatizzate all'olio Lasagne alla bolognese Pane bio Frutta fresca bio	Insalata cavolo e mais Pizza margherita Frutta fresca bio	Pasta al pesto fatto dalla cuoca Uova strapazzate Fagiolini Pane bio Yogurt *
<b>Venerdì</b>	Tris di verdure fresche Pizza margherita Frutta fresca bio	Pasta al pesto fatto dalla cuoca Crocchetta di legumi senza tracce di frutta a guscio Insalata Pane bio Frutta fresca bio	Spaghetti al pomodoro (pasta corta alle materne) Polpette di merluzzo fatte dalla cuoca Spinaci aromatizzati Pane bio Frutta fresca bio	Pasta integrale agli aromi Bastoncini di merluzzo non prefritti Insalata Pane bio Frutta fresca bio

N.B. SARANNO VERIFICATE TUTTE LE ETICHETTE DEI PRODOTTI CONFEZIONATI E SARANNO SOMMINISTRATI SOLO PRODOTTI ESENTI  
TOTALMENTE DA FRUTTA A GUSCIO.

MENU' REDATTO DA DIETISTA ELIOR

