



MENÙ INVERNO

ANNO SCOLASTICO 2025/2026 –

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

Comune di Vignate

DIETA PRIVA DI LEGUMI

	I Settimana	II Settimana	III Settimana	IV Settimana
Lunedì	Pasta integrale al pomodoro Uova strapazzate Finocchi grattugiati 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 Bastoncini di merluzzo non prefritti Carote cotte Pane bio Frutta fresca bio	Tris di cereali al pomodoro Formaggio spalmabile Finocchi Pane bio Frutta fresca bio
Martedì	Riso allo zafferano Polpette di merluzzo Tris di verdure cotte no legumi 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*
Mercoledì	Crema di zucca con orzo Bocconcini di pollo al limone Carote julienne Pane bio Yogurt*	Pastina in brodo vegetale Bastoncini di merluzzo non prefritti Zucchine Pane bio Yogurt*	Crema di carote con pastina Uova strapazzate Tris di verdure cotte no legumi Pane bio Yogurt*	Petto di pollo/ tacchino in padella Crocchette di patate fatte dallo chef Erbette al forno Pane bio Frutta fresca bio
Giovedì	Pasta agli aromi Pesce al forno Zucchine 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 Zucchine Pane bio Yogurt *
Venerdì	Tris di verdure fresche Pizza margherita Frutta fresca bio	Pasta al pesto fatto dalla cuoca Petto di pollo o tacchino in padella 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 LEGUMI.

MENU' REDATTO DA DIETISTA ELIOR

Elia Fumagalli

