


MENU INVERNALE

**NO CARNE
E SALUMI**

ANNO SCOLASTICO 2021/2022- Scuola dell'infanzia/primaria/secondaria di primo grado

in vigore dal 26/12/2021 al 20/03/22 - Approvato da commissione mensa il 02/12/2021

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1a settimana	Pasta agli aromi Frittata alle verdure Finocchi grattugiati Pane bio Frutta fresca bio	Riso alla zucca FRITTATA tris di verdure cotte Pane bio Frutta fresca bio	Pasta integrale al pomodoro Ragù di lenticchie Fagiolini Pane bio Yogurt bio	Crema di zucca con crostini POLPETTE DI LEGUMI Carote julienne Pane bio Frutta fresca bio	Pasta al pesto fatto in casa Platessa impanata Zucchine al forno Pane bio Frutta fresca bio
2a settimana	Ravioli di magro olio e salvia Bocconcini di mozzarella/Formaggio spalmabile Carote julienne al limone Pane bio Frutta fresca bio	Pasta integrale allo zafferano HAMBURGER VEGETALE Spinaci aromatizzati all'olio Pane bio Frutta fresca bio	Finocchi crudi LASAGNE AL PESTO CON FORMAGGIO Pane bio Frutta fresca bio	Pasta al pesto fatto in casa Crocchetta di legumi Insalata Pane bio Frutta fresca bio	Pastina in brodo vegetale Pesce spada dorè Fagiolini Pane bio Frutta fresca bio
3a settimana	Risotto allo zafferano Piselli brasati Fagiolini al forno Pane bio Frutta fresca bio	Pasta ai broccoli FRITTATA Zucchine al vapore Pane bio Frutta fresca bio	Insalata e carote Pizza margherita Crackers Yogurt bio	Crema di carote con pastina POLPETTE DI LEGUMI tris di verdure cotte Pane bio Frutta fresca bio	Pasta ai pomodoro Platessa alla fiorentina Spinaci aromatizzati Pane bio Frutta fresca
4a settimana	Tris di cereali al pomodoro Frittata di zucchine Finocchi Pane bio Frutta fresca bio	Polenta LENTICCHIE IN UMIDO Carotine cotte Pane bio Frutta fresca bio	Pasta integrale all'olio extravergina FORMAGGIO IMPANATO Fagiolini Pane bio Frutta fresca bio	Crema di legumi mista Crocchette patate dello cheff zucchine al forno Pane bio Frutta fresca bio	Risotto alla parmigiana Polpette di merluzzo al pomodoro 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, suino di origine italiana Formaggi freschi D.O.P, cacao eco solidale.

. Il sale è iodato. Il pane è a basso contenuto di sodio e viene consumato laddove è possibile con il secondo piatto. Lo yogurt biologico verrà servito al mattino. 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) e sarà sostituita solo 2 volte nel mese dallo yogurt. 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.