

# MENU ESTIVO

**ANNO SCOLASTICO 2021/2022 -Comune di Vignate- Scuola dell'infanzia/primaria/secondaria di primo grado in vigore dal 30/05/2022 al 01/10/2022-Approvato dalla Commissione Mensa il 12 maggio 2022.**

|              | LUNEDI'  | MARTEDI'   | MERCOLEDI'  | GIOVEDI'  | VENERDI'  |
|--------------|--|--|---|---|---|
| 1a settimana | Pasta al pesto<br>Piselli Brasati<br>Carote alla julienne<br>Pane bio<br>Frutta fresca                 | Fusilli zucchine e curcuma<br>Pollo alle erbe<br>Pomodori<br>Pane bio<br>Frutta fresca   | Tris di cereali al pomodoro<br>(riso, farro, orzo)<br>Mozzarella<br>Insalata mista<br>Pane integrale<br>Frutta fresca | Pasta pomodoro e melanzane<br>Frittatina<br>Zucchine al forno<br>Pane bio<br>Frutta fresca                                | Risotto alla parmigiana<br>Pesce spada al forno<br>Fagiolini<br>Pane bio<br>Frutta fresca             |
| 2a settimana | Risotto allo zafferano<br>Formaggio fresco<br>Pomodori<br>Pane integrale<br>Frutta fresca              | Pasta integrale alla rustica fredda<br>(con olive e pomodoro)<br>Cotoletta di tacchino impanata<br>Insalata mista<br>Pane bio<br>Frutta fresca | Carote julienne<br>Pizza margherita<br>Crackers non salati<br>Gelato  | Pasta all'olio e grana<br>Hamburger di legumi (fatti dal cuoco)<br>Zucchine fresche al forno<br>Pane bio<br>Frutta fresca | Patate lesse<br>Platessa al forno<br>Fagiolini<br>Pane bio<br>Frutta fresca                           |
| 3a settimana | Tris di cereali al pesto di zucchine<br>Mozzarella<br>Carote julienne<br>Pane bio<br>Frutta fresca     | Pasta estiva alle verdure<br>Tortino di legumi<br>Insalata<br>Pane integrale<br>Frutta fresca  | Tris di verdure fresche<br>Pasta integrale al ragù di manzo<br><br>Pane bio<br>Frutta fresca                          | Pasta al pesto fatto dal cuoco<br>Uova strapazzate<br>Fagiolini<br>Pane bio<br>Frutta fresca                              | Riso bianco all'olio<br>Polpette di merluzzo fatte dal cuoco<br>Pomodori<br>Pane bio<br>Frutta fresca |
| 4a settimana | Pasta integrale al pesto di zucchine fresche<br>Frittatina<br>Carote baby<br>Pane bio<br>Frutta fresca | Risotto alla milanese<br>Hamburger di pollo fatti dal cuoco di carne fresca<br>Cavolo cappuccio bianco e viola<br>Pane bio<br>Frutta fresca    | Pasta al ragù di verdure<br>Filetto di platessa dorato<br>Carote rapè<br>Pane bio<br>Frutta fresca                    | Pasta all' olio extravergine<br>Sfornato di legumi fatto dal CUOCO<br>Insalata mista<br>Pane bio<br>Frutta fresca         | Pomodori<br>Pizza margherita<br>Crackers non salati<br>Frutta fresca                                  |

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. Carne fresca di manzo, pollo, suino di origine italiana. 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). 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](http://www.comune.vignate.mi.it/servizi/ristorazione-scolastica). Si informano gli utenti che i prodotti presenti a menu possono contenere uno o più dei