

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-DIETA NO CARNE-SALUMI

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1a settimana	Pasta al pesto Piselli Brasati Carote alla julienne Pane bio Frutta fresca	Fusilli zucchine e curcuma Merluzzo al forno Pomodori Pane bio Frutta fresca	Tris di cereali al pomodoro (riso, farro, orzo) Mozzarella Insalata mista Pane integrale Frutta fresca	Pasta pomodoro e melanzane Frittatina Zucchine al forno Pane bio Frutta fresca	Risotto alla parmigiana Pesce spada al forno Fagiolini Pane bio Frutta fresca
2a settimana	Risotto allo zafferano Formaggio fresco Pomodori Pane integrale Frutta fresca	Pasta integrale alla rustica fredda (con olive e pomodoro) Merluzzo impanato Insalata mista Pane bio Frutta fresca	Carote julienne Pizza margherita Crackers non salati Gelato	Pasta all'olio e grana Hamburger di legumi (fatti dal cuoco) Zucchine fresche al forno Pane bio Frutta fresca	Patate lesse Platessa al forno Fagiolini Pane bio Frutta fresca
3a settimana	Tris di cereali al pesto di zucchine Mozzarella Carote julienne Pane bio Frutta fresca	Pasta estiva alle verdure Tortino di legumi Insalata Pane integrale Frutta fresca	Tris di verdure fresche Pasta integrale al ragù di lenticchie 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 Pomodori Pane bio Frutta fresca
4a settimana	Pasta integrale al pesto di zucchine fresche Frittatina Carote baby Pane bio Frutta fresca	Risotto alla milanese Hamburger di legumi fatti dal cuoco Cavolo cappuccio bianco e viola Pane bio Frutta fresca	Pasta al ragù di verdure Filetto di platessa dorato Carote rapè Pane bio Frutta fresca	Pasta all' olio extravergine Sfornato di legumi fatto dal cuoco Insalata mista Pane bio Frutta fresca	Pomodori Pizza margherita Crackers non salati 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". Si informano gli utenti che i prodotti presenti a menu possono contenere uno o più dei