

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 PRIVA DI LATTE E DERIVATI

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1a settimana	Pasta aglio e olio Piselli Brasati Carote alla julienne Pane integrale bio Frutta fresca	Fusilli alle zucchini e curcuma Pollo alle erbe Pomodori Pane bio Frutta fresca	Tris di cereali al pomodoro (riso, farro, orzo) Tacchino ferri Insalata mista Pane integrale Frutta fresca	Pasta pomodoro e melanzane Frittatina no formaggio Zucchini al forno Pane bio Frutta fresca	Riso all'olio extra vergine Pesce spada al forno Fagiolini Pane bio Frutta fresca
2a settimana	Risotto allo zafferano Merluzzo olio e farina Pomodori Pane integrale Frutta fresca	Pasta integrale alla rustica fredda (con olive e pomodoro) Cotoletta di tacchino impanata senza latte Insalata mista Pane bio Frutta fresca	Carote julienne Focaccia genovese con prosciutto cotto e pomodoro Cracker no latte non salati Sorbetto limone e fragola	Pasta all'olio extra vergine Hamburger di legumi (fatti dal cuoco senza latte e formaggio) Zucchini fresche al forno Pane bio Frutta fresca	Patate lesse Platessa al forno senza latte Fagiolini Pane bio Frutta fresca
3a settimana	Tris di cereali al pesto di zucchini Scaloppina di pollo Carote julienne Pane bio Frutta fresca	Pasta estiva alle verdure Tortino di legumi (fatti dal cuoco senza latte e formaggio) Insalata Pane integrale Frutta fresca	Tris di verdure fresche Pasta integrale al ragù di manzo Pane bio Frutta fresca	Pasta al pesto (olio, basilico, aglio) Uova strapazzate no latte Fagiolini Pane bio Frutta fresca	Riso bianco all'olio Polpette di merluzzo fatte dal cuoco senza latte Pomodori Pane bio Frutta fresca
4a settimana	Pasta integrale al pesto di zucchini fresche Frittatina no formaggio Carote baby Pane bio Frutta fresca	Risotto alla milanese Hamburger di pollo fatti dal cuoco senza latte e formaggio Cavolo cappuccio bianco e viola Pane bio Frutta fresca	Pasta al ragù di verdure Filetto di platessa dorato senza latte Carote rapè Pane bio Frutta fresca	Pasta all'olio extravergine Sformato di legumi fatto dal cuoco senza formaggio e senza latte Insalata mista Pane bio Frutta fresca	Pomodori Focaccia genovese con prosciutto cotto e pomodoro Cracker no latte non salati Frutta fresca

N.B. NON VERRA' AGGIUNTO FORMAGGIO GRATTUGGIATO IN NESSUN PRIMO PIATTO. Nei risotti verrà utilizzato solo olio extra vergine d'oliva biologico. VERRA' SEMPRE VERIFICATA L'ASSENZA DI LATTE SU TUTTI GLI INGREDIENTI.

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 seguenti allergeni: cereali contenenti glutine, crostacei, uova, pesce, rachidi, soia, latte e derivati, sedano, senape, semi di sesamo, anidride solforosa e

solfiti,


