


MENU INVERNALE

**NO CARNE
E SALUMI**

ANNO SCOLASTICO 2019/2020- Scuola dell'infanzia/primaria/secondaria di primo grado
ANNO SCOLASTICO 2022/2023- Scuola dell'infanzia/primaria/secondaria di primo grado
in vigore dal 27/12/2022 al 31/03/23 - Approvato da commissione mensa il 15/12/2022

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1a settimana	Pasta integrale al pomodoro Frittata con patate Finocchi grattugiati Pane bio Frutta fresca bio	Riso allo zafferano Parmigiano reggiano Tris di verdure cotte Pane bio Frutta fresca bio	Pasta agli aromi 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 Primo sale ½ porzione Carote julienne al limone Pane bio Frutta fresca bio	Pasta integrale alla crema di zucchine 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 Polpette di merluzzo fatte dalla cuoca Fagiolini Pane bio Frutta fresca bio
3a settimana	Risotto al pomodoro Piselli brasati Carote cotte Pane bio Frutta fresca bio	Pasta ai broccoli FRITTATA Zucchine al forno Pane bio Frutta fresca bio	Insalata cavolo viola e mais Pizza margherita Crackers Yogurt bio	Crema di carote con pastina Frittata con zucchine Tris di verdure cotte Pane bio Frutta fresca bio	Spaghetti aglio e olio (Pasta corta per materna) Platessa panata dalla cuoca Spinaci aromatizzati Pane bio Frutta fresca
4a settimana	Tris di cereali al pomodoro Formaggio spalmabile Finocchi Pane bio Frutta fresca bio	Polenta LENTICCHIE IN UMIDO Carotine cotte Pane bio Frutta fresca bio	Pasta integrale al pesto FORMAGGIO IMPANATO Fagiolini Pane bio Frutta fresca bio	Crema di legumi mista Crocchette patate dello chef Erbette al forno Pane bio Frutta fresca bio	Risotto alla parmigiana Polpette di merluzzo fatte dalla cuoca 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.