

MENU PRIMAVERILE

COMUNE DI VIGNATE ANNO SCOLASTICO 2022/2023- Scuola dell'infanzia/primaria/secondaria di primo grado

in vigore dal 01/04/2023 al 28/05/23 - Approvato da commissione mensa in data 02/03/2023 PRIVA DI CARNE E SALUMI

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1a settimana	Pasta pomodoro Piselli Zucchine gratinate Pane bio Frutta fresca bio	Spaghetti aglio e olio/Pasta corta per materna Frittata di verdure Insalata e pomodori Pane integrale Frutta fresca bio	Insalata di finocchi Pizza margherita Crackers Frutta fresca bio	Risotto alla parmigiana Fagioli Tris di verdure fresche Pane bio Frutta fresca bio	Pasta alla mediterranea* Crocchette di merluzzo fatte dalla cuoca Radicchio e mais Pane bio Frutta fresca bio
2a settimana	Pasta integrale alla norma(pomodoro e melanzane) Mozzarella Insalata e olive nere Pane Integrale Frutta fresca bio	Pasta al pesto fatto dalla cuoca Fettuccine di totano panato Carote rapè Pane bio Frutta fresca bio	Risotto primavera (carotine,zucchine,piselli) Polpetta di legumi Fagiolini al vapore Pane bio Frutta fresca bio	Pasta con lenticchie Crocchette di patate fatte dalla cuoca Insalata Pane bio Frutta fresca bio	Crema di carote con orzo Filete' di merluzzo in umido Spinaci al forno Pane bio Frutta fresca bio
3a settimana	Pasta al pesto di zucchine Frittata con patate Fagiolini Pane bio Frutta fresca bio	Pasta integrale al pomodoro Formaggio Carote alla julienne Pane integrale Frutta fresca bio	Risotto allo zafferano Cannellini olio e sale Insalata Pane bio Frutta fresca bio	Pasta aglio olio Platessa al forno Spinaci Pane bio Frutta fresca bio	Tris di cereali al pomodoro Mozzarella Pomodori Pane bio Frutta fresca bio
4a settimana	Ravioli di magro olio e aromi Mezza porzione di primo sale Carote Pane integrale Frutta fresca bio	Pasta integrale alle zucchine Filete' di merluzzo in umido Pomodori Pane bio Frutta fresca bio	Insalata mista Lasagne al pesto Pane bio Frutta fresca bio	Crema di legumi con orzo Crocchette di patate preparate dalla cuoca Fagiolini al vapore Pane bio Frutta fresca bio	Riso olio e grana Fettuccine di totano panato Insalata di cavolo rosso e bianco Pane bio Frutta fresca bio

MENU' REDATTO DA DIETISTA ELIOR CAMPO SIMONA

