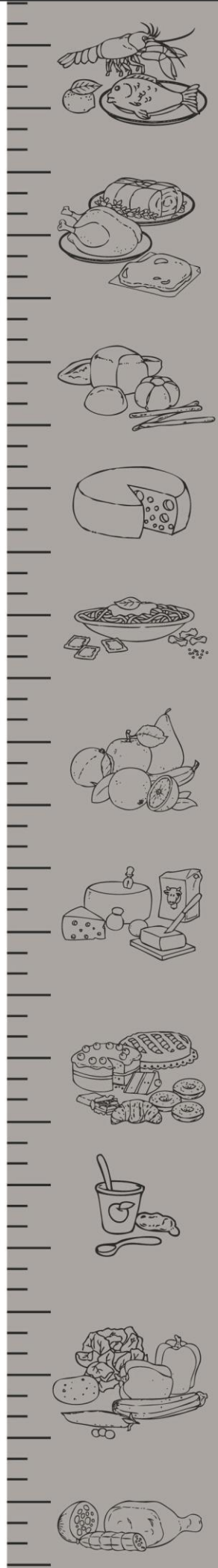


# MENÙ E PROGRAMMA ALIMENTARE



Prima settimana	AUTUNNO-INVERNO
Lunedì	Minestra di verdure con orzo o farro o riso Petto di pollo all'olio aromatico Lattuga Pane Frutta di stagione
Martedì	Pasta al pomodoro Frittata Carote grattugiate Pane integrale Frutta di stagione
Mercoledì	Risotto olio e parmigiano Insalata di legumi e verdure Pane Frutta di stagione
Giovedì	Passato di legumi con pastina Formaggi/P. cotto Patate lesse/purè Pane Frutta di stagione
Venerdì	Pasta con ragù vegetale Polpette di pesce Bietola all'olio Pane Frutta di stagione

**Note alimenti:** formaggi freschi: mozzarella, formaggio spalmabile magro, caciotta fresca, ricotta; pesce: platessa, merluzzo, palombo

## Note al MENÙ

È consentito 1 cucchiaino (5 gr) di Parmigiano in aggiunta per il primo piatto, dove non è già indicato;

La verdura e la frutta possono essere scelte in base alla stagionalità dei prodotti; si raccomanda, comunque, di variare la scelta nel rispetto di un'alimentazione completa ed equilibrata. Si ricorda che patate e legumi (fagioli, ceci, fave, piselli, lenticchie) non sono "verdure" e pertanto non possono rappresentare un "contorno";

Si possono usare tranquillamente aromi (aglio, cipolla, pomodoro, rosmarino, succo di limone ecc.) per rendere più gradevoli le pietanze;

Il menù è diversificato tra invernale o estivo a seconda dei periodi dell'anno;

Il menù è diviso in 4 settimane distinte, 5 giorni a settimana, e deve essere seguito progressivamente senza necessariamente rispettare il calendario scolastico.

Seconda settimana	AUTUNNO-INVERNO
Lunedì	Pasta al pomodoro Formaggi freschi Finocchietti Pane Frutta di stagione
Martedì	Crema di legumi con pastina Sformato di verdure Pane Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al ragù vegetale Polpettine di carne Patate lesse/purè Frutta di stagione
Giovedì	Polenta al pomodoro e grana Polpette di legumi Carote grattugiate Pane Frutta di stagione
Venerdì	Pasta all'uovo al sugo di pesce Dadolata di patate, piselli e verdure Pane Frutta di stagione

**Note alimenti:** formaggi freschi: mozzarella, formaggio spalmabile magro, caciotta fresca, ricotta; pesce: platessa, merluzzo, palombo

## Note al MENÙ

È consentito 1 cucchiaino (5 gr) di Parmigiano in aggiunta per il primo piatto, dove non è già indicato;

La verdura e la frutta possono essere scelte in base alla stagionalità dei prodotti; si raccomanda, comunque, di variare la scelta nel rispetto di un'alimentazione completa ed equilibrata. Si ricorda che patate e legumi (fagioli, ceci, fave, piselli, lenticchie) non sono "verdure" e pertanto non possono rappresentare un "contorno";

Si possono usare tranquillamente aromi (aglio, cipolla, pomodoro, rosmarino, succo di limone ecc.) per rendere più gradevoli le pietanze;

Il menù è diversificato tra invernale o estivo a seconda dei periodi dell'anno;

Il menù è diviso in 4 settimane distinte, 5 giorni a settimana, e deve essere seguito progressivamente senza necessariamente rispettare il calendario scolastico.

Terza settimana	AUTUNNO-INVERNO
Lunedì	Pasta con olio e parmigiano Bocconcini di pollo in bianco Verdura di stagione Pane Frutta di stagione
Martedì	Pasta ricotta e pomodoro Legumi in umido Pane Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta e fagioli Frittata Carote grattugiate Pane Frutta di stagione
Giovedì	Pasta al pomodoro Bresaola e scaglie di grana Cavolfiore Pane integrale Frutta di stagione
Venerdì	Passato di verdure con pastina Pesce alla mugnaia Patate lesse/purè Pane Frutta di stagione

**Note alimenti:** formaggi freschi: mozzarella, formaggio spalmabile magro, caciotta fresca, ricotta; pesce: platessa, merluzzo, palombo

## Note al MENÙ

È consentito 1 cucchiaino (5 gr) di Parmigiano in aggiunta per il primo piatto, dove non è già indicato;  
La verdura e la frutta possono essere scelte in base alla stagionalità dei prodotti; si raccomanda, comunque, di variare la scelta nel rispetto di un'alimentazione completa ed equilibrata. Si ricorda che patate e legumi (fagioli, ceci, fave, piselli, lenticchie) non sono "verdure" e pertanto non possono rappresentare un "contorno";  
Si possono usare tranquillamente aromi (aglio, cipolla, pomodoro, rosmarino, succo di limone ecc.) per rendere più gradevoli le pietanze;  
Il menù è diversificato tra invernale o estivo a seconda dei periodi dell'anno;  
Il menù è diviso in 4 settimane distinte, 5 giorni a settimana, e deve essere seguito progressivamente senza necessariamente rispettare il calendario scolastico.

Quarta settimana	AUTUNNO-INVERNO
Lunedì	Risotto alle verdure di stagione Formaggi freschi Finocchietti Pane Frutta di stagione
Martedì	Passato di verdure con pastina Tacchino al latte Patate o purè Pane Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro Sformato di lenticchie Pane Frutta di stagione
Giovedì	Pasta all'uovo con ragù di carne/ragù vegetale Dadolata di patate, piselli e verdure Pane Frutta di stagione
Venerdì	Pasta olio e parmigiano Pesce con salsa di verdure Erba cotta Pane Frutta di stagione

**Note alimenti:** formaggi freschi: mozzarella, formaggio spalmabile magro, caciotta fresca, ricotta; pesce: platessa, merluzzo, palombo

## Note al MENÙ

È consentito 1 cucchiaino (5 gr) di Parmigiano in aggiunta per il primo piatto, dove non è già indicato;

La verdura e la frutta possono essere scelte in base alla stagionalità dei prodotti; si raccomanda, comunque, di variare la scelta nel rispetto di un'alimentazione completa ed equilibrata. Si ricorda che patate e legumi (fagioli, ceci, fave, piselli, lenticchie) non sono "verdure" e pertanto non possono rappresentare un "contorno";

Si possono usare tranquillamente aromi (aglio, cipolla, pomodoro, rosmarino, succo di limone ecc.) per rendere più gradevoli le pietanze;

Il menù è diversificato tra invernale o estivo a seconda dei periodi dell'anno;

Il menù è diviso in 4 settimane distinte, 5 giorni a settimana, e deve essere seguito progressivamente senza necessariamente rispettare il calendario scolastico.

Prima settimana	PRIMAVERA-ESTATE
Lunedì	Minestra di verdure con orzo o farro o riso Petto di pollo all'olio aromatico Lattuga Pane Frutta di stagione
Martedì	Pasta al pomodoro Frittata Carote grattugiate Pane integrale Frutta di stagione
Mercoledì	Risotto olio e parmigiano Insalata di legumi e verdure Pane Frutta di stagione
Giovedì	Passato di legumi con pastina Formaggi/P. cotto Patate lesse/purè Pane Frutta di stagione
Venerdì	Pasta con ragù vegetale Polpette di pesce Bietola all'olio Pane Frutta di stagione

**Note alimenti:** formaggi freschi: mozzarella, formaggio spalmabile magro, caciotta fresca, ricotta; pesce: platessa, merluzzo, palombo

## Note al MENÙ

È consentito 1 cucchiaino (5 gr) di Parmigiano in aggiunta per il primo piatto, dove non è già indicato;  
La verdura e la frutta possono essere scelte in base alla stagionalità dei prodotti; si raccomanda, comunque, di variare la scelta nel rispetto di un'alimentazione completa ed equilibrata. Si ricorda che patate e legumi (fagioli, ceci, fave, piselli, lenticchie) non sono "verdure" e pertanto non possono rappresentare un "contorno";  
Si possono usare tranquillamente aromi (aglio, cipolla, pomodoro, rosmarino, succo di limone ecc.) per rendere più gradevoli le pietanze;  
Il menù è diversificato tra invernale o estivo a seconda dei periodi dell'anno;  
Il menù è diviso in 4 settimane distinte, 5 giorni a settimana, e deve essere seguito progressivamente senza necessariamente rispettare il calendario scolastico.

Seconda settimana	PRIMAVERA-ESTATE
Lunedì	Pasta al pomodoro Formaggi freschi Finocchietti Pane Frutta di stagione
Martedì	Crema di legumi con pastina Sformato di verdure Pane Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al ragù vegetale Polpettine di carne Patate lesse/purè Frutta di stagione
Giovedì	Polenta al pomodoro e grana Polpette di legumi Carote grattugiate Pane Frutta di stagione
Venerdì	Pasta all'uovo al sugo di pesce Dadolata di patate, piselli e verdure Pane Frutta di stagione

**Note alimenti:** formaggi freschi: mozzarella, formaggio spalmabile magro, caciotta fresca, ricotta; pesce: platessa, merluzzo, palombo

## Note al MENÙ

È consentito 1 cucchiaino (5 gr) di Parmigiano in aggiunta per il primo piatto, dove non è già indicato;

La verdura e la frutta possono essere scelte in base alla stagionalità dei prodotti; si raccomanda, comunque, di variare la scelta nel rispetto di un'alimentazione completa ed equilibrata. Si ricorda che patate e legumi (fagioli, ceci, fave, piselli, lenticchie) non sono "verdure" e pertanto non possono rappresentare un "contorno";

Si possono usare tranquillamente aromi (aglio, cipolla, pomodoro, rosmarino, succo di limone ecc.) per rendere più gradevoli le pietanze;

Il menù è diversificato tra invernale o estivo a seconda dei periodi dell'anno;

Il menù è diviso in 4 settimane distinte, 5 giorni a settimana, e deve essere seguito progressivamente senza necessariamente rispettare il calendario scolastico.



Terza settimana	PRIMAVERA-ESTATE
Lunedì	Pasta con olio e parmigiano Bocconcini di pollo in bianco Verdura di stagione Pane Frutta di stagione
Martedì	Pasta ricotta e pomodoro Legumi in umido Pane Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta e fagioli Frittata Carote grattugiate Pane frutta di stagione
Giovedì	Pasta al pomodoro Bresaola e scaglie di grana Cavolfiore Pane integrale Frutta di stagione
Venerdì	Passato di verdure con pastina Pesce alla mugnaia Patate lesse/purè Pane Frutta di stagione

**Note alimenti:** formaggi freschi: mozzarella, formaggio spalmabile magro, caciotta fresca, ricotta; pesce: platessa, merluzzo, palombo

## Note al MENÙ

È consentito 1 cucchiaino (5 gr) di Parmigiano in aggiunta per il primo piatto, dove non è già indicato;

La verdura e la frutta possono essere scelte in base alla stagionalità dei prodotti; si raccomanda, comunque, di variare la scelta nel rispetto di un'alimentazione completa ed equilibrata. Si ricorda che patate e legumi (fagioli, ceci, fave, piselli, lenticchie) non sono "verdure" e pertanto non possono rappresentare un "contorno";

Si possono usare tranquillamente aromi (aglio, cipolla, pomodoro, rosmarino, succo di limone ecc.) per rendere più gradevoli le pietanze;

Il menù è diversificato tra invernale o estivo a seconda dei periodi dell'anno;

Il menù è diviso in 4 settimane distinte, 5 giorni a settimana, e deve essere seguito progressivamente senza necessariamente rispettare il calendario scolastico.



Quarta settimana	PRIMAVERA-ESTATE
Lunedì	Risotto alle verdure di stagione Formaggi freschi Finocchietti Pane Frutta di stagione
Martedì	Passato di verdure con pastina Tacchino al latte Patate o purè Pane Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro Sformato di lenticchie Pane Frutta di stagione
Giovedì	Pasta all'uovo con ragù di carne/ragù vegetale Dadolata di patate, piselli e verdure Pane Frutta di stagione
Venerdì	Pasta olio e parmigiano Pesce con salsa di verdure Erba cotta Pane Frutta di stagione

**Note alimenti:** formaggi freschi: mozzarella, formaggio spalmabile magro, caciotta fresca, ricotta; pesce: platessa, merluzzo, palombo

## Note al MENÙ

È consentito 1 cucchiaino (5 gr) di Parmigiano in aggiunta per il primo piatto, dove non è già indicato;

La verdura e la frutta possono essere scelte in base alla stagionalità dei prodotti; si raccomanda, comunque, di variare la scelta nel rispetto di un'alimentazione completa ed equilibrata. Si ricorda che patate e legumi (fagioli, ceci, fave, piselli, lenticchie) non sono "verdure" e pertanto non possono rappresentare un "contorno";

Si possono usare tranquillamente aromi (aglio, cipolla, pomodoro, rosmarino, succo di limone ecc.) per rendere più gradevoli le pietanze;

Il menù è diversificato tra invernale o estivo a seconda dei periodi dell'anno;

Il menù è diviso in 4 settimane distinte, 5 giorni a settimana, e deve essere seguito progressivamente senza necessariamente rispettare il calendario scolastico.