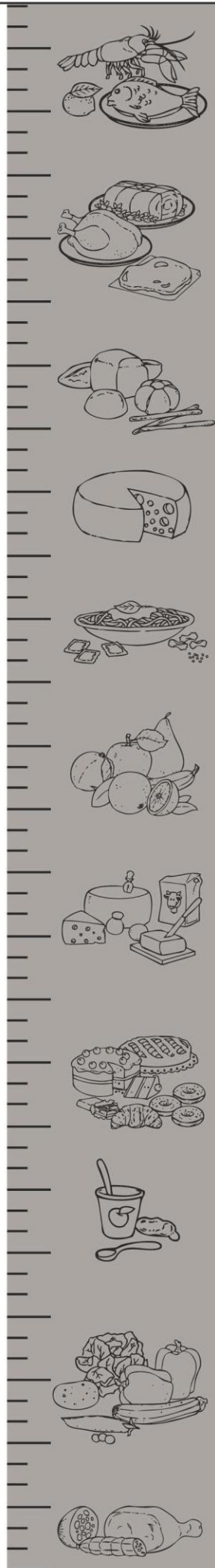


# MENÙ E PROGRAMMA ALIMENTARE

*Primavera-Estate*



<b>Prima settimana</b>	
<b>Lunedì</b>	Gnocchetti sardi al pesto Stracchino Zucchine trifolate Pane integrale Frutta di stagione
<b>Martedì</b>	Pasta al pomodoro e piselli Spezzatino di tacchino Verdura cotta Pane Frutta di stagione
<b>Mercoledì</b>	Risotto alle zucchine Frittata Verdura cruda Pane Frutta di stagione
<b>Giovedì</b>	Pasta olio e parmigiano Pesce alla marinara Verdura cruda Pane integrale Frutta di stagione
<b>Venerdì</b>	Passato di verdure con pasta Arista al forno Patate al forno Frutta di stagione

## 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.

<b>Seconda settimana</b>	
<b>Lunedì</b>	Pasta alle zucchine Bastoncini di pesce al forno Piselli Pane integrale Frutta di stagione
<b>Martedì</b>	Pasta con legumi Mozzarella Verdura cruda Pane Frutta di stagione
<b>Mercoledì</b>	Riso con verdure Scaloppine di maiale Verdura cruda Pane integrale Frutta di stagione
<b>Giovedì</b>	Ravioli al pomodoro Prosciutto crudo/cotto Verdura cotta Pane Frutta di stagione
<b>Venerdì</b>	Pasta alle verdure Straccetti di vitellone Verdura cotta Pane Frutta di stagione

## 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.

<b>Terza settimana</b>	
<b>Lunedì</b>	Pasta al pesto Prosciutto crudo/cotto Verdura cruda Pane integrale Frutta di stagione
<b>Martedì</b>	Risotto con piselli Pesce gratinato Verdura cotta Pane Frutta di stagione
<b>Mercoledì</b>	Pasta olio e parmigiano Polpettine al pomodoro Verdura cotta Pane integrale Frutta di stagione
<b>Giovedì</b>	Pasta all'ortolana Rollè di tacchino Verdura cruda Pane Frutta di stagione
<b>Venerdì</b>	Pasta pomodoro e basilico Frittata Verdura cruda Pane Frutta di stagione

## 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.

<b>Quarta settimana</b>	
<b>Lunedì</b>	Lasagne al pomodoro Mozzarella Verdura cruda Pane Frutta di stagione
<b>Martedì</b>	Pasta alle zucchine Polpettone. Verdura cruda Pane integrale Frutta di stagione
<b>Mercoledì</b>	Risotto braccio di ferro Pesce al forno Verdura cotta Pane Frutta di stagione
<b>Giovedì</b>	Pasta al tonno Frittata con verdure Verdura cruda Pane integrale Frutta di stagione
<b>Venerdì</b>	Passato di verdure Petto di pollo al limone Patate al forno Frutta di stagione

## 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.

<b>Quinta settimana</b>	
<b>Lunedì</b>	Pasta in salsa rosa Frittata con verdure Verdura cruda Pane integrale. Frutta di stagione
<b>Martedì</b>	Farro/orzo con legumi Prosciutto cotto Verdura cruda Pane Frutta di stagione
<b>Mercoledì</b>	Pasta al pomodoro Polpettone di vitellone Verdura cotta Pane integrale Frutta di stagione
<b>Giovedì</b>	Pasta olio eparmigiano Pesce alla marinara Verdura cotta Frutta di stagione
<b>Venerdì</b>	Pasta all'ortolana Petto di pollo gratinato Verdura cruda Pane integrale Frutta di stagione

## 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.

<b>Sesta settimana</b>	
<b>Lunedì</b>	Pasta al ragù Stracchino Verdura cotta Pane integrale Frutta di stagione
<b>Martedì</b>	Pasta pomodoro e basilico Bocconcini di tacchino Verdura cruda Pane integrale Frutta di stagione
<b>Mercoledì</b>	Passato di verdure Pesce alla mugnaia Patate al forno Frutta di stagione
<b>Giovedì</b>	Riso con piselli Arista al forno Verdura cotta Pane Frutta di stagione
<b>Venerdì</b>	Pasta olio e grana Fettine in pizzaiola Verdura cotta Pane Frutta di stagione

## 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.