



	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
1° SETTIMANA	Pasta all'amatriciana (pomodoro e prosciutto)	Focaccia bianca olio e rosmarino	Pasta olio e parmigiano	Riso al pomodoro	Crema di porri con crostini
	Formaggio fresco	Prosciutto cotto	Frittata di patate al forno	Coscia di pollo al forno	Pesce* impanato al forno
	Fagiolini* stufati	Insalata di carote e finocchi	Piselli* brasati	Insalata verde	Patate al forno
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Yogurt alla frutta	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
2° SETTIMANA	Pizza Margherita	Pasta al pesto	Pasta al pomodoro	Riso alla zucca e porri	Passato di verdura con crostini
	Prosciutto cotto (1/2 porz.)	Spezzatino di bovino in umido	Spiedini di pollo e tacchino al forno	Formaggio fresco	Pesce* al forno
	Carote prezzemolate	Spinaci* al parmigiano	Insalata verde e rossa	Finocchi gratinati al forno	Purea di patate
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Torta	Frutta fresca di stagione
3° SETTIMANA	Pasta burro e salvia	Riso al pomodoro	Polenta al pomodoro	Passato di legumi con crostini	Pasta al pomodoro e ricotta
	Formaggio fresco	Frittata di prosciutto al forno	Spezzatino di bovino in umido	Straccetti di tacchino	Pesce* impanato al forno
	Fagiolini* all'olio aromatizzato	Piselli* all'olio	Cavolfiori gratinati al forno	Patate al forno	Insalata di carote e finocchi
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Budino	Frutta fresca di stagione
4° SETTIMANA	Pasta al pesto	Vellutata di carote con riso	Pasta in bianco	Pizza al pomodoro	Pasta al pomodoro e olive
	Fesa di tacchino al naturale	Polpette di bovino in umido al forno	Pesce* al forno	Formaggio fresco	Milanese di pollo al forno
	Carote al forno	Purè di patate	Insalata verde e rossa	Broccoli* gratinati al forno	Insalata di finocchi
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Cioccolato fondente	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione

*Prodotti Surgelati

SI (infanzia)/SP (primaria): tutti i giorni

SS (secondaria): lun, mer e gio

Rev. del 30/11/16



	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
5° SETTIMANA	Pasta al pomodoro	Pasta all'amatriciana (pomodoro e prosciutto)	Crema di verdura con riso	Pizza al pomodoro	Pasta olio e parmigiano
	Formaggio fresco	Pesce* impanato al forno	Arrostito di lonza al forno	Gateau di patate al forno	Coscia di pollo al forno
	Fagiolini* stufati	Insalata di finocchi e carote	Patate al forno	Piselli* all'olio	Verza stufata
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Torta
6° SETTIMANA	Pasta al pesto	Riso alla zucca e porri	Pasta al pomodoro	Focaccia bianca olio e rosmarino	Crema di ceci con crostini
	Fesa di tacchino al naturale	Frittata gialla al forno	Pesce* al forno	Formaggio fresco	Arrostito di bovino al forno
	Finocchi gratinati al forno	Piselli* stufati	Insalata verde	Carote brasate	Purea di patate
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Yogurt alla frutta	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
7° SETTIMANA	Pizza al pomodoro	Polenta al pomodoro	Pasta olio e parmigiano	Pasta al pomodoro	Passato di zucca con riso
	Formaggio fresco	Spezzatino di tacchino in umido	Coscia di pollo al forno	Crocchette di patate e prosciutto al forno	Pesce* impanato al forno
	Insalata finocchi e carote	Cavolfiori gratinati al forno	Spinaci* all'olio aromatizzato	Fagiolini* in umido	Patate al forno
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Torta	Frutta fresca di stagione
8° SETTIMANA	Pasta al pesto	Lasagne al pomodoro al forno	Pasta al pomodoro	Passato di legumi con crostini	Riso al sugo tricolore
	Prosciutto cotto	Formaggio fresco	Pesce* al forno	Polpette di bovino in umido	Milanese di tacchino al forno
	Finocchi gratinati al forno	Carote prezzemolate	Insalata verde	Purea di patate	Ratatouille di verdure* in umido
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Budino	Frutta fresca di stagione

*Prodotti Surgelati

SI (infanzia)/SP (primaria): tutti i giorni

SS (secondaria): lun, mer e gio

Rev. del 30/11/16



MENÙ AUTUNNO/INVERNO

COMUNE DI VIGONE

Scuola Infanzia, Primaria e Secondaria



BUON
APPETITO!

NOTE INTEGRATIVE AL MENU'

1. PRIMI PIATTI

Primi asciutti: i formati di pasta per possono essere variati.

Primi in brodo: pastina/riso per minestre possono essere alternati con orzo/farro/crostini.

2. SECONDI PIATTI

Carne bianca/rossa: tipo pollo, tacchino, lonza, bovino. Possono essere utilizzati tagli diversi (es. spezzatino/fettine/polpette/hamburger).

Pesce: platessa, merluzzo, nasello (surgelati).

Formaggi freschi: tipo mozzarella, stracchino, primo sale, ricotta, tomini (proposti alternativamente).

Uova: per la preparazione di frittate/tortini ed altre preparazioni a base di uovo utilizzare misto uovo **pastorizzato**.

3. VERDURE (cotte/crude)

In caso di necessità le tipologie possono essere diversificate rispetto a quelle previste, ma garantendo il rispetto di stagionalità e variabilità.

4. FRUTTA

Rispettare la **stagionalità** della frutta. Banana: 1 volta a settimana.

In alternativa alla frutta può essere proposta occasionalmente macedonia di frutta fresca.

Frutta autunno/inverno: alternare mele, pere, melone, arance, mandarini, kiwi, banane.

Frutta primavera/estate: alternare mele, pere, melone, anguria, albicocche, susine, pesche, banane.

5. DESSERT

Una volta a settimana in sostituzione alla frutta è previsto un dessert tipo yogurt, budino, barretta cioccolato o una torta semplice (tipo Margherita, cioccolato, yogurt, frutta).

6. PANE

Occasionalmente può essere sostituito con grissini. E' possibile fornire anche pane integrale o a basso contenuto di sale.

Le **MODALITA' DI PREPARAZIONE** dei piatti possono essere diversificate rispetto a quelle previste (es. secondi piatti dorati, pizzaiole, arrostiti; contorni all'olio, stufati, brasati, in umido, ecc.). **Limitare l'uso del sale** nella preparazione dei piatti. Mettere a disposizione degli Utenti **SALE IODATO**.

Le suddette variazioni devono essere effettuate nel rispetto dell'equilibrio nutrizionale e calorico del pranzo, pertanto non possono essere variati gli abbinamenti giornalieri previsti dal menù.

Per **GRAMMATURE, INGREDIENTI** ed altre **INDICAZIONI NUTRIZIONALI** fare riferimento al **Manuale "IN MENSA CON GUSTO"** (rev. 2015) - redatto dall'ASL TO3.

*Prodotti Surgelati

SI (infanzia)/SP (primaria): tutti i giorni

SS (secondaria): lun, mer e gio

Rev. del 30/11/16

Il presente menù è stato **validato dall'ASL TO3 in data 22/11/16** ed elaborato secondo le indicazioni riportate nella griglia guidata del **"Menù Standard"** e nel **Manuale "IN MENSA CON GUSTO - Proposte operative per la Refezione Scolastica"** - redatto dall'ASL TO3 (rev. 2015).