

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
U. O. Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

IL MENÙ DELLA MENSA SCOLASTICA

04 PU CZ

1ª Settimana	2ª Settimana	3ª Settimana	4ª Settimana
Lunedì*	Lunedì	Lunedì	Lunedì
Pane	Pane	Pane	Pane
Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
Pasta al pomodoro/ insalata di riso ✕	♦ Riso alla zucca /zucchine	Passato di verdura con pasta/ cous cous con verdure ✕	Riso e piselli
Hamburger di vitello	Polpette al sugo	Cosce di pollo al forno	Bocconcini di tacchino panati
Patatine al forno	Bieta saltata	Fagiolini	Zucchine al tegame
Martedì	Martedì	Martedì	Martedì*
Pane	Pane	Pane	Pane
Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Yogurt alla frutta
Pasta al tonno/ pasta col pesto di basilico ✕	Pasta e fagioli / pasta e piselli ✕	Risotto al parmigiano o zafferano/ Pasta al pomodoro fresco ✕	Lasagne al forno / ravioli di ricotta e spinaci in salsa di pomodoro fresco ✕
Bastoncini di merluzzo	Prosciutto cotto	Hamburger di legumi al forno	♦ crescenza/formaggio spalmabile oppure verdure gratinate
Fagiolini all'olio	Insalata di lattuga e carote	Bieta saltata	Carote insalata
Mercoledì	Mercoledì	Mercoledì*	Mercoledì
Pane	Pane	Pane	Pane
Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
Pasta e lenticchie	Pasta al pomodoro/ pasta fredda ✕	Lasagna al forno	♦ Minestra di verdure con pasta/pasta e carciofi
Pollo al tegame	Merluzzo in umido al pomodoro/gratinato al forno 	Bocconcini di parmigiano/grana padano oppure verdure gratinate	Scaloppina di vitello alla pizzaiola
Carote stufate	Patatine al forno o ad insalata	Insalata mista / Insalata di pomodori	Spinaci saltati
Giovedì*	Giovedì	Giovedì	Giovedì*
Pane	Pane	Pane	Pane
Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
Pasta al forno	Pasta con crema di ceci / Pasta al pesto di basilico ✕	Pasta e lenticchie/ pennette alle melanzane ✕	Pasta e fagioli
Mozzarella/ oppure verdure gratinate	Scaloppina di tacchino	Vitello al forno / tortino di uova e zucchine ✕	Prosciutto cotto
Insalata verde	Fagiolini all'olio	Spinaci	Insalata mista
Venerdì	Venerdì*	Venerdì	Venerdì
Pane	Pane	Pane	Pane
Frutta fresca	Frutta fresca	Yogurt alla frutta	Frutta fresca
Pasta con broccoli o cavolfiore / pasta con peperoni dolci frullati ✕	Pizza margherita	Pasta al pomodoro	Pasta e patate / Pasta al pomodoro ✕
Cotoletta di pollo al forno	Provola di latte oppure verdure gratinate	♦ Sogliola impanata /scaloppina	Bastoncini di merluzzo
Spinaci	Insalata mista	Purè di patate	Fagiolini



* Opzione Piatto Unico, buone scelte nel salvadanaio della salute

♦ È possibile variare/alternare assecondando il gradimento

✕ Opzione Menù Primavera