

Menù Invernale scuola primaria e secondaria di Ornago

Rev. Ottobre 2017

in vigore dal 15 ottobre al 31 marzo circa di ogni anno

1° SETTIMANA	<i>Lunedì</i>	<i>Martedì</i>	<i>Mercoledì</i>	<i>Giovedì</i>	<i>Venerdì</i>
	Gnocchi al sugo Bresaola Insalata mista Pane Frutta	Pasta e fagioli in brodo (piatto unico) Patate Spinaci Pane integrale Succo di frutta	pizza insalata mista /verdura cotta* pane frutta	Riso alla parmigiana Arrostito di lonza Verdura cotta/cruda* Pane Frutta	Pasta alle verdure Filetè di merluzzo Verdura cotta/cruda* Pane integrale Frutta
2° SETTIMANA	<i>Lunedì</i>	<i>Martedì</i>	<i>Mercoledì</i>	<i>Giovedì</i>	<i>Venerdì</i>
	Pasta integrale al pomodoro Polpette di manzo Verdura cotta/cruda* Pane Frutta	Risotto allo zafferano e zucchine Lenticchie Verdura cotta/cruda* Pane integrale Frutta	Pasta al pesto Filetto di merluzzo gratinato Verdura cotta/cruda* Pane Frutta	Pasta all'olio Arrostito di manzo Verdura cotta/cruda* Pane Frutta	Pastina in brodo Uova strapazzate Pane integrale Verdura cotta/cruda* Budino
3° SETTIMANA	<i>Lunedì</i>	<i>Martedì</i>	<i>Mercoledì</i>	<i>Giovedì</i>	<i>Venerdì</i>
	Pasta pomodoro e basilico Tonno verdura cotta/cruda* Pane Frutta	Agnolotti burro e salvia di magro Cotoletta di lonza Verdura cotta/cruda* Pane integrale Frutta	Lasagne alla bolognese (piatto unico) verdura cotta/cruda* Pane Yogurt	Minestrone di verdure con pasta Fesa di tacchino patate Pane Frutta	Risotto al pomodoro Lenticchie in umido verdura cotta/cruda* Pane integrale Frutta
4° SETTIMANA	<i>Lunedì</i>	<i>Martedì</i>	<i>Mercoledì</i>	<i>Giovedì</i>	<i>Venerdì</i>
	Pasta al ragù (piatto unico) verdura cotta/cruda* Pane Frutta	Spezzatino manzo polenta Piselli e Carote Pane integrale Torta	Pasta alla tirolese Scaloppine lonza alla pizzaiola verdura cotta/cruda* Pane Frutta	Passato di verdura e orzo** Fusi di pollo al forno Purè Pane Frutta <i>** pasta all'olio per chi va in piscina</i>	Riso all'inglese Filetto di platessa impanato verdura cotta/cruda* Pane integrale Frutta

prodotti "BIO":

Olio extravergine di oliva
Aceto di mele
Polpa e passata pomodoro/pelati
Farina di frumento e farina di mais
Verdure surgelate
Pasta di semola di grano duro
riso
legumi
yogurt

SOLO PER GLI ALUNNI DELLE
CLASSI CHE SVOLGONO
ATTIVITA' DI PISCINA AL
GIOVEDÌ IL PRANZO' E' A BASE
DI CARBOIDRATI E VERDURE.
LA MERENDA DEL MATTINO
SARA' PANE CON BARRETTA DI
CIOCCOLATO..

* A scelta

Quando il menù prevede la verdura sono sempre disponibili due tipi di verdura a scelta tra verdura cotta (carote, fagiolini, spinaci, zucchine, cavolfiori) e verdura cruda (insalata, carote, cavolo cappuccio, finocchi)

Nel primo giorno di apertura della scuola dopo ponti o vacanze il menù del del giorno potrebbe subire variazioni.