



MENÙ: AUTUNNO/INVERNO PRIMAVERA/ESTATE VS 04 21.11.2022

DEL COMUNE DI SIRMIONE PER LA SCUOLA PRIMARIA

PRODOTTO PRESSO IL CENTRO COTTURA DI SORBARA

DITTA/GESTORE COOP. S. LUCIA


Il menù settimanale prevede:

- ✓ L'acqua sempre disponibile
- ✓ **Pane di semola di grano duro a basso contenuto di sale** servito al momento della somministrazione del secondo piatto
- ✓ **Verdure crude** secondo stagionalità (servite in apertura del pasto)
- ✓ **Verdure cotte** secondo stagionalità servite come contorno
- ✓ **Frutta fresca** specifica per stagione optando per almeno **3/4 tipologie diverse la settimana**
- ✓ **Primo piatto** scelto tra le proposte di preparazioni in brodo o asciutte (**alternando vari tipi di cereali: farro, orzo, miglio, pasta, riso...**)
- ✓ **Secondo piatto** scelto tra differenti matrici proteiche:
- ✓ **Pesce almeno 1 volta a settimana**

Utilizzo della colorazione menù in base ai secondi piatti o piatti unici

- Carne bianca
- Carne rossa (bovina/suina)
- Pesce
- Formaggio
- Uova
- Legumi

Piatto unico: indicare con la dicitura "PIATTO UNICO" e inserire con la rispettiva colorazione in base alla matrice utilizzata

Contrassegnare con questo simbolo  le preparazioni che utilizzano prodotti gelo

	1° settimana 31/10-4/11 28/11-02/12 26/12-30/12 23/01-27/01 20/02-24/02 20/03-24/03	2° settimana 07/11-11/11 05/12-09/12 02/01-06/01 30/01-03/02 27/02-03/03 27/03-31/03	3° settimana 14/11-18/11 12/12-16/12 09/01-13/01 06/02-10/02 06/03-10/03 03/04-7/04	4° settimana 21/11-25/11 19/12-23/12 16/01-20/01 13/02-17/02 13/02-17/03
Lun	PASTA OLIO E GRANA POLPETTE DI LEGUMI* / LEGUMI IN UMIDO CAPPUCCIO PANE COMUNE MOUSE DI FRUTTA	PASTA ALLE VERDURE SOVRACOSCIA / COSCIA DI POLLO AL ROSMARINO FINOCCHI E INSALATA PANE COMUNE MOUSSE FRUTTA	PASTA INTEGRALE OLIO E GRANA PETTO DI POLLO AL LIMONE INSALATA VERDE PANE COMUNE MOUSSE FRUTTA	PASTA INTEGRALE AL SUGO DI VERDURE POLPETTE DI LEGUMI / LEGUMI IN UMIDO CAROTE E INSALATA PANE COMUNE MOUSSE FRUTTA
Mar	INSALATA VERDE PIZZA MARGHERITA PANE COMUNE FRUTTA FRESCA PIATTO UNICO	PASTA INTEGRALE OLIO E GRANA POLPETTE DI LEGUMI* / LEGUMI IN UMIDO BROCCOLI COTTI PANE COMUNE FRUTTA FRESCA	GNOCCHI AL POMODORO BASTONCINI DI MERLUZZO* CAROTE AL FORNO/VAPORE* PANE COMUNE FRUTTA FRESCA	PASTA AL POMODORO COTOLETTA DI POLLO PATATE AL FORNO/VAPORE PANE COMUNE FRUTTA
Mer	PASTA AL POMODORO COTOLETTA DI POLLO AL FORNO PATATE AL VAPORE/AL FORNO PANE COMUNE YOGURT	RISO ALLO ZAFFERANO FILETTO DI MERLUZZO DORATO AL FORNO INSALATA E CAROTE PANE COMUNE YOGURT	INSALATA MISTA PIZZA MARGHERITA PANE COMUNE YOGURT PIATTO UNICO	PASTA AL PESTO FRITTATA INSALATA MISTA PANE COMUNE YOGURT
Gio	RISO AL PESTO BASTONCINI DI MERLUZZO* CAROTE CRUDE PANE COMUNE FRUTTA FRESCA	INSALATA POLENTA CON MACINATO DI CARNE* PANE COMUNE FRUTTA FRESCA PIATTO UNICO	PASTA PISELLI E POMODORO SCALOPPINA DI POLLO AGLI AROMI CAPPUCCIO PANE COMUNE FRUTTA FRESCA	CAROTE COTTE* LASAGNA AL RAGU' DI BOVINO / PASTA AL FORNO CON RAGU' DI CARNE* PANE COMUNE FRUTTA FRESCA PIATTO UNICO
Ven	PASTA INTEGRALE AL POMODORO FRITTATA VERDURE COTTE PANE COMUNE FRUTTA FRESCA	CAVOLINI DI BRUXELLES* PASTA AL FORMAGGIO PANE COMUNE FRUTTA FRESCA PIATTO UNICO	RISO ALLO ZAFFERANO POLPETTE DI CARNE* CAVOLFIORIE* PANE COMUNE FRUTTA FRESCA	RISO ALLA PARMIGIANA PLATESSA AL LIMONE* INSALATA VERDE PANE COMUNE FRUTTA FRESCA

Data _____

Firma _____