



COOPERATIVA
SANTA LUCIA

MENÙ: AUTUNNO/INVERNO PRIMAVERA/ESTATE VS 01 28.03.23

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** (*merluzzo, sogliola, platessa* potrebbe variare la tipologia in base alla disponibilità)

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	2° settimana	3° settimana	4° settimana
Lun	RISO OLIO E GRANA FRITTATA DI ZUCCHINE* INSALATA VERDE BUDINO	PASTA ALLA NORMA SCALOPPINA AL LIMONE* CAROTE COTTE BUDINO	RISO OLIO E GRANA POLPETTE DI BOVINO POMODORI FRESCHI E ORIGANO BUDINO	PASTA POMODORO E OLIVE CROCCHETTE DI ZUCCHINE* CAROTE COTTE* BUDINO
Mar	PASTA AL PESTO COTOLETTA DI POLLO* CAROTE ALLA JULIENNE FRUTTA	RISO OLIO E GRANA FILETTO DI PESCE* AL POMODORO ZUCCHINE* FRUTTA	PASTA AL PESTO DI OLIVE FETTINA DI POLLO* PATATE LESSE / AL FORNO FRUTTA	RISO AL ROSMARINO FRITTATA* POMODORI FRESCHI E ORIGANO FRUTTA
Mer	FAGIOLINI* PIZZA MARGHERITA* PROSCIUTTO FRUTTA PIATTO UNICO	PASTA AL POMODORO E OLIVE MOZARELLA / STRACCHINO POMODORI FRESCHI E ORIGANO YOGURT	PASTA POMODORO E BASILICO *CROCCHETTA DI PESCE* FAGIOLINI* FRUTTA	ZUCCHINE* LASAGNE / PASTA AL FORNO RAGU' DI BOVINO YOGURT PIATTO UNICO
Gio	TORTELLI RICOTTA E SPINACI LEGUMI* AL POMODORO POMODORI FRESCHI E ORIGANO FRUTTA	PASTA OLIO E GRANA CROCCHETTE DI ZUCCHINE* CAROTE COTTE* FRUTTA	PASTA AL PESTO SPEZZATINO DI POLLO* AGLI AROMI ZUCCHINE COTTE* FRUTTA	PASTA AL POMODORO E BASILICO FILETTO DI PESCE* INSALATA VERDE FRUTTA
Ven	PASTA AL PESTO DI OLIVE CROCCHETTA DI PESCE* PATATE LESSE / AL FORNO FRUTTA	PASTA AL PESTO LONZA* INSALATA MILLE COLORI FRUTTA	CAROTE COTTE* PIZZA PROSCIUTTO FRUTTA PIATTO UNICO	PASTA AL PESTO *POLLO PANATO FAGIOLINI* FRUTTA

Data _____

Firma _____