

# COMUNE DI VILLANTERIO – SCUOLA PRIMARIA

## MENU' PRIMAVERA ESTATE 2023



	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
I SETTIMANA	Misto di verdure fresche di stagione Pizza margherita Mozzarella ½ porz. Pane comune ½ porzione Frutta fresca	Crema di carote e pomodori con farro Lonza scaloppata Patate al forno Pane comune Frutta fresca	Fusilli al pesto Totani gratinati Zucchine trifolate Pane integrale Frutta fresca	Sedanini con pomodoro e basilico Polpettine di lenticchie Carote Pane comune Frutta fresca	Risotto alla parmigiana Tacchino al forno Fagiolini con olio EVO Pane comune Frutta fresca
II SETTIMANA	Gnocchetti sardi al pesto Tonno all'olio EVO Pomodori con olio EVO e basilico Pane comune Frutta fresca	Ravioli di magro olio EVO e salvia Hamburger vegetale (di legumi) Zucchine al pomodoro Pane comune Frutta fresca	Risotto con crema di porri Rustica di pollo Fagiolini con olio EVO Pane integrale Frutta fresca	Cavatelli al ragù di pesce Grana ½ porzione Insalata a foglia all'olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta integrale BIO al sugo di pomodoro e zucchine Frittata al forno Carote all'olio EVO Pane comune Frutta fresca
III SETTIMANA	Fusilli al pomodoro Formaggio fresco spalmabile Insalata di Fagiolini con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Torti con pesto di zucchine Frittata di primavera Verdura Pane comune Frutta fresca	Orzo con verdure di stagione PIATTO BIO Cotoletta di pollo al forno Carote Pane integrale Frutta fresca	Riso all'olio Sformato di cannellini Misto di verdure Pane comune Frutta fresca	Mezze penne con sugo alla Norma Filetto di merluzzo al gratin Zucchine alle erbe Pane comune Frutta fresca
IV SETTIMANA	Pasta integrale BIO ai sapori freschi Frittata agli aromi Zucchine con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Sedanini allo zafferano Insalata caprese Pane comune Frutta fresca	Crema di verdure con crostini Polpettone di carne Patate al forno Pane integrale Frutta fresca	Celentani all'olio Torta ligure Carote Pane comune Frutta fresca	Risotto al pomodoro Tonno all'olio EVO Fagiolini con olio EVO Pane comune Frutta fresca

IL MENU' ENTRERA' IN VIGORE IL 12.04.2023. A PARTIRE DALLA 2^ SETTIMANA

### COSA SAPERE



Le grammature utilizzate sono in linea con le Linee Guida dell'ATS di riferimento e si differenziano per fasce di età



Il pane somministrato è sempre a ridotto contenuto di sale, almeno una volta alla settimana viene somministrato pane integrale. Il pane viene servito dopo la somministrazione del primo piatto.



Le proposte di frutta fresca sono settimanalmente calendarizzate, garantendo almeno tre diverse tipologie di frutta nella settimana.



Dove non specificato il formaggio somministrato sarà a rotazione: quartirolo o primosale o crescenza o emmenthal.



Quando nel menù è previsto il buffet di verdure/mix di verdure si garantiscono tipologie diverse di verdura da quelle già calendarizzate nella settimana. Nelle prime settimane di menù le verdure previste nei contorni potrebbero subire variazioni.



In fase di preparazione e condimento viene utilizzato esclusivamente olio di oliva extravergine



In fase di preparazione e condimento viene utilizzato esclusivamente sale iodato.



Ingredienti quali filetti di pesce e alcune verdure da consumare cotte potrebbero essere surgelate all'origine.



# COMUNE DI VILLANTERIO – SCUOLA PRIMARIA

## MENU' ETICO RELIGIOSO PRIMAVERA ESTATE 2023



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
I SETTIMANA	Misto di verdure fresche di stagione Pizza margherita Mozzarella ½ porz. Pane comune ½ porzione Frutta fresca	Crema di carote e pomodori con farro Lonza scaloppata (2) Legumi in umido Patate al forno Pane comune Frutta fresca	Fusilli al pesto Totani gratinati (4) frittata al forno Zucchine trifolate Pane integrale Frutta fresca	Sedanini con pomodoro e basilico Polpettine di lenticchie Carote Pane comune Frutta fresca	Risotto alla parmigiana Tacchino al forno (1) Formaggio Fagiolini con olio EVO Pane comune Frutta fresca
II SETTIMANA	Gnocchetti sardi al pesto Tonno all'olio EVO (4) uova strapazzate Pomodori con olio EVO e basilico Pane comune Frutta fresca	Ravioli di magro olio EVO e salvia Hamburger vegetale (di legumi) Zucchine al pomodoro Pane comune Frutta fresca	Risotto con crema di porri Rustica di pollo (1) Filetto di pesce (4) legumi in umido Fagiolini con olio EVO Pane integrale Frutta fresca	Cavatelli al ragù di pesce (4) Pasta al ragù di legumi Grana ½ porz. Insalata a foglia con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta integrale BIO al sugo di pomodoro e zucchine frittata al forno Carote all'olio EVO Pane comune Frutta fresca
III SETTIMANA	Fusilli al pomodoro Formaggio fresco spalmabile Insalata di fagiolini con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Torti con pesto di zucchine Frittata di primavera Verdure Pane comune Frutta fresca	Orzo con verdure di stagione PIATTO BIO Cotoletta di pollo al forno (1) Filetto di pesce (4) legumi in umido Carote Pane integrale Frutta fresca	Riso all'olio Sfornato di cannellini Misto di verdure Pane comune Frutta fresca	Mezze penne con sugo alla norma Filetto di merluzzo al gratin (4) Formaggio Zucchine alle erbe Pane comune Frutta fresca
IV SETTIMANA	Pasta integrale BIO ai sapori freschi Frittata agli aromi Zucchine con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Sedanini allo zafferano Insalata caprese Pane comune Frutta fresca	Crema di verdure con crostini Polpettone di carne (3) Filetto di pesce (4) legumi in umido Patate al forno Pane integrale Frutta fresca	Celentani all'olio Torta ligure Carote Pane comune Frutta fresca	Risotto al pomodoro Tonno all'olio EVO (4) Uova strapazzate Fagiolini con olio EVO Pane comune Frutta fresca

IL MENU' ENTRERA' IN VIGORE IL 12.04.2023. A PARTIRE DALLA 2^ SETTIMANA

### SOSTITUZIONI PER MENU' ETICO RELIGIOSO

Quando necessario/richiesto sostituire:

- **CARNI AVICOLE** (POLLO E TACCHINO) CON LE PREPARAZIONI INDICATE CON IL NUMERO **(1)**
- **CARNE SUINA** (LONZA, PROSCIUTTO COTTO/CRUDO) CON LE PREPARAZIONI INDICATE CON IL NUMERO **(2)**
- **CARNE BOVINA** (VITELLO, VITELLONE, MANZO, BRESAOLA) CON LE PREPARAZIONI INDICATE CON IL NUMERO **(3)**
- QUALORA SI RENDA NECESSARIA ANCHE L'ESCLUSIONE DEI **PRODOTTI ITTICI** (PESCE FRESCO O SURGELATO ED IN SCATOLA) SOMMINISTRARE PREPARAZIONE CON IL NUMERO **(4)**

