

## MENU' SCUOLA PRIMARIA DAMIANI - MORBEGNO

30/01/2022

| 1° LUNEDI'   | 2° LUNEDI'   | 3° LUNEDI'   | 4° LUNEDI'   |
|--|--|--|--|
| PASTA AL RAGU' DI LEGUMI<br>MERLUZZO/ PLATESSA/ FETTUCCE DI<br>TOTANO/ LIMANDA AL FORNO<br>VERDURE MISTE<br>FRUTTA DI STAGIONE<br>PANE | PASTA DI SEGALE/ SARACENO/<br>INTEGRALE AL POMODORO<br>FORMAGGI MISTI<br>VERDURE MISTE<br>FRUTTA DI STAGIONE<br>PANE | PASTA AL SUGO DI PESCE/ IN BIANCO<br>PROSCIUTTO COTTO SENZA POLIFOSFATI<br>VERDURE MISTE<br>FRUTTA DI STAGIONE<br>PANE                         | RAVIOLI DI MAGRO<br>ARROSTO DI TACCHINO<br>VERDURE MISTE<br>FRUTTA DI STAGIONE<br>PANE                   |
| 1° MARTEDI'  | 2° MARTEDI'  | 3° MARTEDI'  | 4° MARTEDI'  |
| VERDURE MISTE<br>PIZZA MARGHERITA<br>FRUTTA DI STAGIONE<br>PANE INTEGRALE  | RISO ALLO ZAFFERANO<br>POLPETTE DI LEGUMI/ FARINATA DI CECI<br>VERDURE MISTE<br>FRUTTA DI STAGIONE<br>PANE           | LASAGNE AL RAGU' DI CARNE<br>VERDURE MISTE<br>FRUTTA DI STAGIONE<br>PANE   | PIZZOCCHERI/ GNOCCHETTI SARACENI<br>VERDURE MISTE<br>FRUTTA DI STAGIONE<br>PANE                          |
| 1° MERCOLEDI'  | 2° MERCOLEDI'  | 3° MERCOLEDI'  | 4° MERCOLEDI'  |
| RISO IN BIANCO<br>FORMAGGI MISTI<br>VERDURE MISTE<br>FRUTTA DI STAGIONE<br>PANE  | PASSATO DI VERDURE CON CROSTINI<br>BOCCONCINI DI POLLO<br>PATATE<br>FRUTTA DI STAGIONE<br>PANE                       | CREMA DI VERDURE CON CROSTINI<br>TACCHINO AGLI ROMI<br>PATATE<br>FRUTTA DI STAGIONE<br>PANE  | PASTA PASTICCIA<br>VERDURE MISTE<br>FRUTTA DI STAGIONE<br>PANE   |
| 1° GIOVEDI'  | 2° GIOVEDI'  | 3° GIOVEDI'  | 4° GIOVEDI'  |
| GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO<br>PETTO DI POLLO<br>VERDURE MISTE<br>FRUTTA DI STAGIONE<br>PANE   | POLENTA/ PURE' DI PATATE<br>SPEZZATINO DI VITELLONE CON VERDURE<br>MISTE<br>FRUTTA DI STAGIONE<br>PANE               | SPAETZLE/ GNOCCHETTI/ GNOCCHETTI<br>SARDI IN BIANCO/ AL POMODORO<br>FRITTATA AL FORNO<br>VERDURE MISTE<br>FRUTTA DI STAGIONE<br>PANE INTEGRALE | RISOTTO ALLA PIZZAIOLA/ AI LEGUMI<br>COSCE/ FUSI DI POLLO<br>VERDURE MISTE<br>FRUTTA DI STAGIONE<br>PANE |
| 1° VENERDI'  | 2° VENERDI'  | 3° VENERDI'  | 4° VENERDI'  |
| PASTA AL TONNO<br>FRITTATA AL FORNO<br>VERDURE MISTE<br>FRUTTA DI STAGIONE<br>PANE   | PASTA AURORA/ IN BIANCO<br>MERLUZZO AL FORNO<br>VERDURE MISTE<br>FRUTTA DI STAGIONE<br>PANE                          | RISO E PISELLI<br>MERLUZZO/ PLATESSA/ FETTUCCE DI<br>TOTANO/ LIMANDA AL FORNO<br>VERDURE MISTE<br>FRUTTA DI STAGIONE<br>PANE                   | PASTA INTEGRALE AL PESTO<br>MERLUZZO GRATINATO<br>VERDURE MISTE<br>FRUTTA DI STAGIONE<br>PANE            |

(\*) TONNO AL NATURALE, confezionato in vetro    (\*\*) PESTO fresco: basilico, olio extravergine di oliva, parmigiano/ pecorino, pinoli o confezionato senza aglio, in vetro

**PESCE:** deve essere assicurata una adeguata deliscatura

**VERDURE MISTE:** offrire possibilmente due verdure a pasto, assicurando almeno 3 differenti prodotti alla settimana, alternando VERDURE CRUDE e COTTE – condire solo con olio extra vergine di oliva

**N.B. Le patate,** per il loro contenuto in amido, non vanno considerate verdure, quindi devono essere somministrate solo quando specificate nel menù, prevedendo sempre anche un contorno di verdure.

**FRUTTA:** assicurando almeno 3 differenti prodotti alla settimana, meglio se distribuita a metà mattina e di tanto in tanto alternarla con MACEDONIA DI FRUTTA FRESCA

**TORTA della cucina** (torta margherita, torta allo yogurt, torta di mele/frutta o con confettura) **1 VOLTA AL MESE** per festeggiare i compleanni

**ACQUA:** di rete

Si utilizzano solo: PREPARATO PER BRODO VEGETALE senza glutammato, SALE IODATO, PANE A RIDOTTO CONTENUTO DI SALE e OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA sia per condimenti a crudo che per la cottura