



Menù invernale scuola Secondaria di Primo Grado- a.s. 2021/2022

| Giorni e settimane | | Primi piatti | Secondi piatti | Contorni | Frutta fresca |
|--------------------|---|---------------------------------|--|----------------------------|---------------|
| LUN | 1 | Pasta aglio e olio | Pollo al forno | Carote filangee | Frutta fresca |
| MAR | | Riso con salsa di piselli | Crocchette vegetali | Verdura cotta | Frutta fresca |
| MER | | Pasta al pesto di broccoli | Arrosti di tacchino | Patate all'olio | Frutta fresca |
| GIO | | Pasta verdure e legumi | Formaggio tenero | Insalata mista | Frutta fresca |
| VEN | | Pasta alla pizzaiola | Pesce gratinato al forno | Verdura cotta | Frutta fresca |
| LUN | 2 | Pasta alle verdure | Frittata | Zucchine all'olio | Frutta fresca |
| MAR | | Pasta olio e parmigiano | Hamburger di bovino c/panino al sesamo e ketchup | Verdura cruda | Frutta fresca |
| MER | | Pasta alla genovese | Polpette di ceci | Spinaci all'olio | Frutta fresca |
| GIO | | Pizza Margherita | Prosciutto cotto | Verdura cruda | Frutta fresca |
| VEN | | Riso al pomodoro | Filetto di pesce in crosta di patate | Fagiolini al vapore | Frutta fresca |
| LUN | 3 | Pasta integrale al pomodoro | Polpette di carne bianca alle erbe | Purè di patate | Frutta fresca |
| MAR | | Riso alla zucca | Sfornato di verdura | Piselli al vapore | Frutta fresca |
| MER | | Pasta speck e zucchine | Formaggio caciotta | Insalata, carote e fagioli | Frutta fresca |
| GIO | | Pasta al ragù di verdure | Straccetti di carne bianca dorati al forno | Verdura cruda | Frutta fresca |
| VEN | | Pasta aglio e olio | Pesce agli odori | Fagiolini all'olio | Frutta fresca |
| LUN | 4 | Riso alle verdure | Tortino | Cannellini al pomodoro | Frutta fresca |
| MAR | | Pasta olio e parmigiano | Lombo di maiale al forno | Spinaci al formaggio | Frutta fresca |
| MER | | Cous cous o Polenta | Polpettine bianche c/pomodoro e origano | Verdura cotta | Frutta fresca |
| GIO | | Tagliatelle/Garganelli al ragù | Mozzarella (1/2 porz) | Insalata mista | Frutta fresca |
| VEN | | Riso alla milanese | Pesciolini finti fritti | Carote filangee | Frutta fresca |
| LUN | 5 | Pasta integrale pom. e zucchine | Sfornato di verdura | Patate al forno | Frutta fresca |
| MAR | | Pizza Margherita | Prosciutto cotto | Insalata | Frutta fresca |
| MER | | Pasta alle verdure | Cotoletta di pollo al forno senza uovo | Verdura cotta | Frutta fresca |
| GIO | | Pasta olio e parmigiano | Polpette di pesce con salsa di pomodoro | Fagiolini all'olio | Frutta fresca |
| VEN | | Riso al ragù di pesce | Crocchette ai broccoli | Insalata mista e legumi | Frutta fresca |



A completamento del pasto verrà fornito pane biologico. Il pane integrale verrà fornito tutti i giovedì.