



## 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	Arrosto 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.