

Menu autunno inverno 2025 2026

Comune di Sospiro (CR) Scuola primaria

Settimane	1^ SETTIMANA	2^ SETTIMANA	3^ SETTIMANA	4^ SETTIMANA
	03-nov 01-dic 07-gen 02-feb 02-mar 30-mar	10-nov 08-dic 12-gen 09-feb 09-mar	17-nov 15-dic 19-gen 16-feb 16-mar	24-nov 22-dic 26-gen 23-feb 23-mar
<i>Lunedì</i>	Pasta integrale pomodoro e olive Scaloppina di pollo al limone Finocchi gratinati Pane e frutta	Pasta al sugo di verdure Frittata alle erbe* Insalata mista Pane e frutta	Buffet di verdure miste Pizza margherita Pane e frutta	Pasta integrale al pomodoro Frittata con spinaci* Verdura mista cruda Pane e frutta
<i>Martedì</i>	Riso allo zafferano e zucchine Lenticchia in umido Cavolo cappuccio julienne Pane e frutta	Riso olio e grana Polpette di legumi Cavolfiore gratinato Pane e frutta	Pasta integrale al pomodoro e basilico Arrosti di tacchino Insalata verde Pane e frutta	Pasta al pesto Tortino di ceci Cavolfiore al forno Pane e frutta
<i>Mercoledì</i>	Buffet di verdure cotte o crude Pizza margherita Pane e frutta	Buffet di verdure miste Polenta Macinato di manzo Pane e frutta	Risotto allo zafferano Piselli agli aromi Carote baby Pane e frutta	Minestra di porri con orzo Tortino di pesce* Carote al vapore Pane e frutta
<i>Giovedì</i>	Crema di verdure e lenticchie con orzo Arrosti di tacchino Mix di verdure cotte Pane e frutta	Passato di verdure con crostini Cotoletta di pollo Patate lesse/patate arrosto Pane e frutta	Crema di verdura con farro Filetto di merluzzo gratinato al forno* Patate lesse/patate arrosto Pane e frutta	Ravioli di magro olio e salvia Formaggio 1/2 porzione Finocchi gratinati Pane e frutta
<i>Venerdì</i>	Pasta alle erbe aromatiche Platessa al pomodoro* Carote cotte Pane e frutta	Risotto alla zucca Pesce dorato al forno* Carote julienne Pane e frutta	Mix di broccoli Pasta al ragù Pane e frutta	Risotto alla zucca Platessa dorata* Fagiolini Pane e frutta

M carne di maiale

Unico condimento utilizzato **Olio EVO** e **aceto BIO**

Pane: a ridotto contenuto di sale e una volta a settimana integrale

Sale iodato

Grammature conformi alle indicazioni previste dall'ATS

Valpadana

La proposta di frutta fresca di stagione può variare in base alla disponibilità di mercato ed alla disponibilità di adeguata qualità merceologica della stessa fra le seguenti tipologie: Banana, Pera, Mela, Kiwi, Arancia/Mandarino, pesche, albicocche, susine. Sarà garantita una varietà da 3 a 5 frutti differenti nell'arco della settimana. Il lunedì la frutta può essere sostituita con mousse di frutta.