COMUNE DI SOSPIRO

MENU' PRIMAVERA - ESTATE A.S. 2022
SCUOLA DELL'INFANZIA E PRIMARIA

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1° SETTIMANA	Pasta agli aromi formaggio pomodori pane Frutta	**Pasta con pesto di zucchine** scaloppina di pollo al limone verdura cruda Pane Frutta	Carote julienne pizza margherita prociutto cotto ½ porzione Pane integrale Frutta	Insalata di farro con verdura lonza al rosto patate e fagiolini Pane Frutta	Risotto allo zafferano filetto di pesce gratinato insalata primavera Pane Frutta
2° SETTIMANA	Orzo con verdure frittata misto verdure Pane Frutta	Pasta integrale al pomodoro tortino di legumi patate al forno Pane Frutta	Risotto con crema di verdure merluzzo in umido piselli Pane integrale Frutta	pasta al pesto formaggio ½ porzione pomodori Pane Frutta	Pasta pomodoro e crema di pepperoni e melanzane cotoletta di pollo spinaci/erbette Pane Frutta
3° SETTIMANA	Pasta ricotta e curcuma fettuccine di totano al forno misto di verdure Pane Frutta	Minestra di verdura con farro polllo alla pizzaiola patate al forno pane Frutta	Pasta integrale alla Portofino mozzarella caprese fagiolini Pane Frutta	Risotto alla parmigiana macinata di manzo carote cotte Pane Frutta	Insalata di legumi pizza pomodori Pane Frutta
4° SETTIMANA	**Pasta al ragù di pesce** frittata con spinaci misto verdure crude Pane Frutta	Pasta al sugo di verdure fusi di pollo carote Pane Frutta	**pasta al pesto** tortino di ceci erbette o spinaci gratinati Pane Frutta	Riso all'olio arrosto di lonza pomodori Pane Frutta	Ravioli di magro Filetè di merluzzo al forno Patate al forno /purè Pane Frutta

utilizzo di pane a basso contenuto di sale – pane integrale 1 volta alla settimana frutta di stagione a rotazione nella settimana : arancia, mandarini , banana, mela, pera, kiwi

*** DESSERT UNA VOLTA AL MESE**

IL DIETISTA:FERRARI JACOPO