

# COMUNE DI SOSPIRO

## MENU' PRIMAVERA - ESTATE A.S. 2023/2024 SCUOLA DELL'INFANZIA E PRIMARIA



	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1° SETTIMANA	Pasta agli aromi formaggio pomodori pane Frutta	<b>Pasta con pesto di zucchine</b> lonza al forno verdura cruda Pane Frutta	Carote julienne pizza margherita  Pane integrale Frutta	minestra di piselli con crostini petto di pollo agli aromi  patate e fagiolini Pane Frutta	Risotto allo zafferano filetto di pesce gratinato insalata primavera Pane Frutta
2° SETTIMANA	Pasta integrale pomodoro e basilico frittata misto verdure Pane Frutta	Minestra d'orzo tortino di legumi patate al forno Pane Frutta	Risotto con crema di verdure e legumi bastoncini di pesce al forno  piselli Pane integrale Frutta	Lasagne al pesto o alla bolognese formaggio ½ porzione pomodori Pane Frutta	Pasta pomodoro e crema di peperoni e melanzane cosce di pollo al rosmarino spinaci/erbette Pane Frutta
3° SETTIMANA	Pizza Insalata primavera Pane Frutta	Minestra di verdura con farro Arrostito di lonza patate al forno pane Frutta	Pasta integrale alla Portofino Sformato di verdure e legumi  pomodori in insalata Pane Frutta	Risotto alla parmigiana macinata di manzo carote cotte Pane Frutta	Ravioli di magro filetto di pesce dorato al forno pomodori Pane Frutta
4° SETTIMANA	<b>Pasta al ragù di pesce</b> formaggio misto verdure crude Pane Frutta	Pasta al sugo di verdure Merluzzo al forno carote Pane Frutta	<b>Farro al pesto</b> Cotoletta di pollo  erbette o spinaci gratinati Pane Frutta	Insalata di riso tortino di ceci pomodori Pane Frutta	Passato di verdure con pasta Polpette di manzo 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 DUE VOLTE AL MESE

Nei primi piatti con verdure di stagione sono inseriti i legumi

### Precisazioni:

- Il pane servito è a ridotto contenuto di sale: una volta alla settimana viene proposto integrale.
- Come unico condimento viene utilizzato olio extra vergine di oliva e aceto biologici.
- Pasta-Olio-Pomodori pelati-Uova-Aceto-Fagiolini-Spinaci-Legumi-Farina gialla-zucchero di canna-minestrone: prodotti derivati da agricoltura biologica
- La frutta, almeno di 3 varietà diverse e scelta secondo principi di rotazione e stagionalità.

- Il sale utilizzato è iodato
- Le grammature sono conformi alle indicazioni previste dall'ATS cremona
- Una volta ogni due settimane sarà somministrato, in aggiunta alla frutta, il dessert (dolce/yogurt/gelato)
- Il lunedì, la frutta può essere sostituita con mousse di frutta