

Menu Primavera Estate

Comune di Sospiro SCUOLA DELL' INFANZIA E PRIMARIA

Settimane	1^ SETTIMANA	2^ SETTIMANA	3^ SETTIMANA	4^ SETTIMANA
Lunedì	Pasta agli aromi Formaggio Pomodori Pane e frutta	Pasta integrale pomodoro e basilico Frittata Misto verdure Pane e frutta	Pizza Insalata primavera Pane e frutta	Pasta al ragù di pesce Formaggio Misto di verdure crude Pane e frutta
Martedì	Pasta con pesto di zucchine Lonza al forno M Verdura cruda Pane e frutta	Minestra d'orzo Tortino di legumi Patate al forno Pane e frutta	Minestra di verdura con farro Arrostato di lonza Patate al forno Pane e frutta	Pasta al sugo di verdura Merluzzo al forno Carote Pane e frutta
Mercoledì	Carote julienne Pizza margherita Pane integrale e frutta	Risotto con crema di verdure e legumi Bastoncini di pesce al forno Piselli Pane integrale e frutta	Pasta integrale alla portofino Sfornato di verdure e legumi Pomodori in insalata Pane e frutta	Farro al pesto Cotoletta di pollo Erbe o spinaci gratinati Pane e frutta
Giovedì	Minestra di piselli con crostini Petto di pollo agli aromi Patate e fagiolini Pane e frutta	Lasagne al pesto o alla bolognese Formaggio 1/2 porzione Pomodori Pane e frutta	Risotto alla parmigiana Macinata di manzo Carote cotte Pane e frutta	Insalata di riso Tortino di ceci Pomodori Pane e frutta
Venerdì	Risotto allo zafferano Filetto di pesce gratinato Insalata primavera Pane e frutta	Pasta al pomodoro e crema di peperoni e melanzane Cosce di pollo al rosmarino/petto di pollo al rosmarino (infanzia) Spinaci/erbe Pane e frutta	Ravioli di magro Filetto di pesce dorato al forno Pomodori Pane e frutta	Passato di verdure con pasta Polpette di manzo Patate al forno/purè 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.