

COMUNE DI SOSPIRO – SC. DELL’INFANZIA E SC. PRIMARIA

MENU PRIMAVERA ESTATE 2023-2024

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1 SETTIMANA	Pasta alla norma Frittata con verdure Zucchine al forno Pane comune Frutta fresca	Risotto alla parmigiana Tortino vegetale Pomodori con olio EVO Pane integrale Frutta fresca	Misto di verdure crude Pizza margherita Pane comune Frutta Fresca	Farro con pesto rosso Petto di pollo al limone Fagiolini all’olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta gialla con zucchine Filetto di pesce gratinato Insalata verde Pane comune Frutta fresca
2 SETTIMANA	Gnocchi al pomodoro Frittata al forno Zucchine con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Risotto agli aromi Bastoncini di merluzzo n/prefritti Insalata mista con mais Pane integrale Frutta fresca	Crema di carote con crostini Cotoletta di pollo Patate al forno Pane comune Frutta fresca	Pasta all’olio Sformato di verdure Fagiolini Pane comune Frutta fresca	Pasta al ragù di pesce Piselli spadellati ½ porz. Carote cotte Pane comune Frutta fresca
3 SETTIMANA	Pomodori in insalata Pizza margherita Pane comune Frutta fresca	Orzo al pomodoro Tortino di pesce Insalata mista Pane integrale Frutta fresca	Pasta integrale al pomodoro Arrostato di lonza agli aromi Fagiolini Pane comune Frutta fresca	Pasta al pesto Polpette di legumi Zucchine con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Risotto con crema di peperoni Filetto di pesce dorato Carote cotte Pane comune Frutta fresca
4 SETTIMANA	Pasta integrale con pomodoro e basilico Formaggio Pomodori con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Risotto giallo Polpette piselli e carote Zucchine gratinate Pane integrale Frutta fresca	Pasta con sugo di verdure Cotoletta di pollo Fagiolini Pane comune Frutta fresca	Pasta al pomodoro Brusette di manzo Misto di verdure crude Pane comune Frutta fresca	Pasta con pesto di zucchine Merluzzo dorato Melanzane al forno Pane comune Frutta fresca

Le grammature sono in Linea con le Linee Guida dell’ATS territoriale. [Il pane somministrato è a ridotto contenuto di sale \(1,7% di sale sul totale della farina\).](#) [Le proposte di frutta fresca sono calendarizzate garantendo almeno 3 tipologie a settimana.](#) In fase di preparazione e condimento viene utilizzato esclusivamente OLIO EVO

COMUNE DI SOSPIRO – SC. DELL’INFANZIA E SC. PRIMARIA

MENU ETICO RELIGIOSO PRIMAVERA ESTATE 2023-2024

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1 SETTIMANA	Pasta alla norma Frittata con verdure Zucchine al forno Pane comune Frutta fresca	Risotto alla parmigiana Tortino vegetale Pomodori con olio EVO Pane integrale Frutta fresca	Misto di verdure crude Pizza margherita Mozzarella ½ porz. Pane comune Frutta Fresca	Farro con pesto rosso Petto di pollo al limone Legumi in umido Fagiolini all’olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta gialla con zucchine Filetto di pesce gratinato Formaggio fresco Insalata verde Pane comune Frutta fresca
2 SETTIMANA	Gnocchi al pomodoro Frittata al forno Zucchine con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Risotto agli aromi Bastoncini di merluzzo n/prefritti Legumi in umido Insalata mista con mais Pane integrale Frutta fresca	Crema di carote con crostini Cotoletta di pollo Legumi in umido Patate al forno Pane comune Frutta fresca	Pasta all’olio Sformato di verdure Fagiolini Pane comune Frutta fresca	Pasta al ragù di pesce Pasta al ragù di legumi Piselli spadellati ½ porz. Carote cotte Pane comune Frutta fresca
3 SETTIMANA	Pomodori in insalata Pizza margherita Mozzarella ½ porzione Pane comune Frutta fresca	Orzo al pomodoro Tortino di pesce Insalata mista Pane integrale Frutta fresca	Pasta integrale al pomodoro Arrosto di lonza agli aromi Legumi in umido Fagiolini Pane comune Frutta fresca	Pasta al pesto Polpette di legumi Zucchine con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Risotto con crema di peperoni Filetto di pesce dorato Formaggio fresco Carote cotte Pane comune Frutta fresca
4 SETTIMANA	Pasta integrale con pomodoro e basilico Formaggio Pomodori con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Risotto giallo Polpette piselli e carote Zucchine gratinate Pane integrale Frutta fresca	Pasta al sugo di verdure Frittata al forno Fagiolini Pane comune Frutta fresca	Pasta al pomodoro Lenticchie in umido Misto di verdure crude Pane comune Frutta fresca	Pasta con pesto di zucchine Merluzzo dorato Formaggio fresco Melanzane al forno Pane comune Frutta fresca

SOSTITUZIONE MENU ETICO RELIGIOSO:

Sostituzione **carne avicola** in giallo

Sostituzione **carne suina** in arancione

Sostituzione **carne bovina** in rosso

Sostituzione **prodotti ittici** in azzurro