



Comune di BERTONICO – Scuola dell'infanzia e primaria

Menù Autunno Inverno 2016-2017

* il menù sarà in vigore dal 24.10.2016 con la 4^a settimana

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
I SETTIMANA	Pasta con besciamella e sugo vegetale Bastoncini di pesce Insalata a foglia Pane integrale Frutta fresca	Zuppa toscana cereali e legumi Cotoletta di pollo al forno Carote jullienne Pane comune Frutta fresca	Pasta con pesto di broccoletti Formaggio Fagiolini in insalata Pane comune Frutta fresca	Riso all'olio / Polenta Brasato/spezzatino di carne Verdure cotte miste Pane comune Frutta fresca	Pasta pomodoro e tonno Rollè / frittata Lenticchie Pane comune Frutta fresca
II SETTIMANA	Gnocchi con pomodoro Mozzarella Mix di verdure crude Pane integrale Frutta fresca	Risotto con zucca Fettine di tacchino all'arancia Finocchi in insalata/ gratin Pane comune Frutta fresca	Pasta integrale al pesto Tortino di legumi e patate Fagiolini Pane comune Frutta fresca	Pasta al ragù vegetale Petto di pollo al forno Carote al forno Pane comune Frutta fresca	Pasta pomodoro e olive Filetto di pesce dorato al forno Broccoletti/cavolo cappuccio Pane comune Frutta fresca
III SETTIMANA	Pizza margherita Lenticchie Carote Pane integrale Frutta fresca	Passato di verdure con crostini Arrosto di tacchino agli aromi Patate al forno / purè di patate Pane comune Frutta fresca	Riso alla curcuma Prosciutto cotto Cavolfiori /Cavolo cappuccio in insalata Pane comune Frutta fresca	Pasta integrale al pomodoro Filetto di pesce agli agrumi Misto verdure crude Pane comune Frutta fresca	Pisarei e fagioli Grana in scaglie/ primosale Insalata a foglia Pane comune Frutta fresca
IV SETTIMANA	Pasta al ragù di carne Frittata agli aromi/strapazzata ½ porz. Finocchi in insalata Pane integrale Frutta fresca	Risotto alla pavese Petto di pollo agli aromi Misto di verdure crude Pane comune Frutta fresca	Pasta agli aromi Tortino di tonno e patate Piselli saltati Pane comune Frutta fresca	Crema di cannellini con farro/con crostini Arrosto di lonza alla frutta Carote jullienne Pane comune Frutta fresca	Pasta al pomodoro Formaggio Fagiolini in insalata Pane comune Frutta fresca

- Il pane somministrato è **sempre a ridotto contenuto di sale**, almeno una volta alla settimana viene somministrato **pane integrale**
- Per la preparazione e condimento dei piatti è utilizzato **sale iodato**
- Laddove non indicato in maniera specifica il formaggio somministrato sarà a rotazione primosale, crescenza, mozzarella, grana
- Le **proposte di frutta fresca sono mensilmente calendarizzate**, alternando le diverse varietà di mele, pere, agrumi (arance, mandarini, clementine, mapo...) kiwi, banane
- Una volta alla settimana è consentito sostituire la frutta fresca con **yogurt** (2 volte al mese) e **budino/dolce/gelato** (2 volte al mese).

