

COMUNE DI RICENGO – SC. INFANZIA E SC. PRIMARIA

MENU' AUTUNNO INVERNO A.S. 2021-22



	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
I SETTIMANA	Pasta con sugo rustico Fagioli cannellini con sedano Insalata a foglia con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Passato di verdura e legumi con orzo Tacchino al latte Patate al forno Pane integrale Frutta fresca	Polenta Brasato / spezzatino di manzo Carote cotte con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta al pomodoro Cotoletta di pesce Finocchi gratinati Pane comune Frutta fresca	Pasta al pesto Rollè di frittata Fagiolini al vapore con olio EVO Pane comune Frutta fresca
II SETTIMANA	Chicche al pomodoro Scaloppina di pollo Carote julienne con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta olio e salvia Polpettine di zucca e cannellini Cavolo spadellato Pane integrale Frutta fresca	Pasta al pesto Frittata al forno Finocchi al latte Pane comune Frutta fresca	Zuppa toscana con farro e legumi Cotoletta di lonza Patate al forno Pane comune Frutta fresca	Risotto alla milanese Merluzzo dorato Fagiolini al vapore con olio EVO Pane comune Frutta fresca
III SETTIMANA	Carote Julienne e finocchi in insalata Pizza margherita Pane comune ½ porzione Frutta fresca	Passato di verdure e legumi con crostini Tacchino alla salvia Patate al forno /pure di patate Pane integrale Frutta fresca	Riso all'inglese Polpettine di pesce al forno Fagiolini al vapore con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta al pesto Lonza alle mele Broccoli con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta integrale al pomodoro Lenticchie in umido Carote baby con olio EVO Pane comune Frutta fresca
IV SETTIMANA	Pasta al ragù di carne Finocchi cotti con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta integrale al pesto rosso Cosce di pollo al rosmarino /petto di pollo al rosmarino (per sc. Infanzia) Fagiolini al vapore con olio EVO Pane integrale Frutta fresca	Ravioli di magro agli aromi Tortino di piselli Carote cotte con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta al sugo di verdure Crescenza Insalata di crauti con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Risotto alla zucca Filetto di pesce dorato Erbette all'olio EVO Pane comune Frutta fresca
IL MENU' ENTRERA' IN VIGORE IL 02.11.2021 A PARTIRE DALLA 1^ SETTIMANA					

COSA SAPERE



Le grammature utilizzate sono in linea con le Linee Guida dell'ATS di riferimento e si differenziano per fasce di età



Il pane somministrato è sempre a ridotto contenuto di sale, almeno una volta alla settimana viene somministrato pane integrale. Il pane viene servito dopo la somministrazione del primo piatto.



Le proposte di frutta fresca sono settimanalmente calendarizzate, garantendo almeno tre diverse tipologie di frutta nella settimana.



Dove non specificato il formaggio somministrato sarà a rotazione: quartiolo o primosale o crescenza o emmenthal.



Quando nel menù è previsto il buffet di verdure si garantiscono tipologie diverse di verdura da quelle già calendarizzate nella settimana. Nelle prime settimane di menù le verdure previste nei contorni potrebbero subire variazioni al fine di mantenere la stagionalità.



In fase di preparazione e condimento viene utilizzato esclusivamente olio di oliva extravergine



In fase di preparazione e condimento viene utilizzato esclusivamente sale iodato.



Il formato di pasta è sempre adeguato alle richieste della fascia di età in questione.



Ingredienti quali filetti di pesce (platessa, merluzzo) oppure alcune verdure da consumarsi cotte potrebbero essere surgelate all'origine.



Ove prevista la polenta, qualora si rendesse necessario si sostituirà la stessa con riso all'olio EVO

COMUNE DI RICENGO – SC. INFANZIA E SC. PRIMARIA

MENU' ETICO RELIGIOSO - AUTUNNO INVERNO A.S. 2021-22



	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
I SETTIMANA	Pasta con sugo rustico (pomodoro, carote, fagioli) Fagioli cannellini con sedano Insalata a foglia con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Passato di verdura e legumi con orzo (1) <u>Frittata al forno</u> Patate al forno Pane integrale Frutta fresca	Polenta (3) <u>Fileté di pesce</u> (4) <u>Legumi</u> Carote cotte all'olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta al pomodoro (4) <u>Formaggio</u> Finocchi in insalata con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta al pesto Rollè di frittata Fagiolini al vapore con olio EVO Pane comune Frutta fresca
II SETTIMANA	Chicche al pomodoro (1) <u>Formaggio fresco spalmabile</u> Carote julienne con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta olio e salvia Polpettine di zucca e cannellini Cavolo spadellato Pane integrale Frutta fresca	Pasta al pesto Frittata al forno Finocchi al latte Pane comune Frutta fresca	Zuppa toscana con farro e legumi (2) <u>Fileté di pesce</u> (4) <u>Formaggio</u> Patate al forno Pane comune Frutta fresca	Risotto alla milanese (4) <u>Frittata</u> Fagiolini al vapore con olio EVO Pane comune Frutta fresca
III SETTIMANA	Carote jullienne e finocchi in insalata Pizza margherita Pane comune ½ porzione Frutta fresca	Passato di verdure e legumi con crostini (1) <u>Frittata al forno</u> Patate al forno / purè di patate Pane integrale Frutta fresca	Riso all'inglese (4) <u>polpettine di legumi / legumi</u> Fagiolini al vapore con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta al pesto (2) <u>Filetto di pesce</u> (4) <u>Frittata</u> Broccoli con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta integrale al pomodoro Lenticchie in umido Carote baby con olio EVO Pane comune Frutta fresca
IV SETTIMANA	(3) <u>Pasta con ragù vegetale</u> Finocchi cotti con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta integrale al pesto rosso (1) filetto di pesce (4) <u>Formaggio</u> Fagiolini al vapore con olio EVO Pane integrale Frutta fresca	Ravioli di magro agli aromi Tortino di piselli Carote cotte con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta con sugo di verdure Crescenza Insalata di crauti con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Risotto alla zucca (4) <u>Legumi</u> Erbe all'olio EVO Pane comune Frutta fresca

IL MENU' ENTRERA' IN VIGORE IL 02.11.2021 A PARTIRE DALLA 1ª SETTIMANA

SOSTITUZIONI PER MENU' ETICO RELIGIOSO

Quando necessario/richiesto
sostituire:

- **CARNI AVICOLE** (POLLO E TACCHINO) CON LE PREPARAZIONI INDICATE CON IL NUMERO (1)
- **CARNE SUINA** (LONZA, PROSCIUTTO COTTO/CRUDO) CON LE PREPARAZIONI INDICATE CON IL NUMERO (2)
- **CARNE BOVINA** (VITELLO, VITELLONE, MANZO, BRESAOLA) CON LE PREPARAZIONI INDICATE CON IL NUMERO (3)
- QUALORA SI RENDA NECESSARIA ANCHE L'ESCLUSIONE DEI **PRODOTTI ITTICI** (PESCE FRESCO O SURGELATO ED IN SCATOLA) SOMMINISTRARE PREPARAZIONE CON IL NUMERO (4)

