



INVERNALE DA NOVEMBRE A APRILE

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

1^a
Settimana

Pasta **B** al pomodoro **B**
Prosciutto cotto/crudo **PL**
Tris di verdure cotte*
Frutta fresca

Pizza Margherita
Insalata verde
Budino al cacao **E**

Pass. di verdura*
Petto di pollo al limone
Patate al forno **PL**
Frutta fresca

Risotto alla valdostana **PL**
Polpette di legumi
Carote all'olio
Frutta fresca

Pasta **B** olio e parmigiano
Platessa* dorata al forno
Spinaci* al forno
Yogurt alla frutta **B**

2^a
Settimana

Polenta **PL**
Spezzatino di bovino **PL**
Carote in umido
Frutta fresca

Pasta **B** al pesto
Formaggio fresco **PL**
Insalata verde
Budino

Risotto alle erbe
Omelette **B** alle verdure*
Finocchi in insalata
Frutta fresca

Gnocchi al pomodoro **B**
Scaloppina di tacchino
Biete* **B** all'olio
Frutta fresca

Crema di zucca con crostini
Limanda* al forno
Fagiolini* al forno
Yogurt alla frutta **B**

3^a
Settimana

Pasta **B** al ragù di bovino **PL**
Farinata di ceci
Carote julienne
Frutta fresca

Crespelle* con formaggio **PL**
Prosciutto cotto
Insalata verde
Budino al cacao **E**

Pasta **B** al tonno
Sfornato **B** di verdura*
Cavolfiori **PL** gratinati
Frutta fresca

Riso mele **PL** e parmigiano
Hamburger di bovino **PL**
Spinaci* al forno
Frutta fresca

Crema porri e patate **PL**
Polpette di pesce*
Ratatouille* di verdure
Yogurt alla frutta **B**

4^a
Settimana

Pasta **B** olio e parmigiano
Fontina **PL**
Fagiolini* in insalata
Frutta fresca

Risotto allo zafferano
Sfornato **B** di verdura*
Carote al forno
Budino

Pasta **B** al pomodoro **B**
Arrosto di tacchino
Insalata di cavolo verza **PL**
Frutta fresca

Crema di verdura* con riso
Lonza di maiale al forno
Purea di patate **PL**
Frutta fresca

Pasta **B** al pesto
Gallinella* al forno
Finocchi gratinati
Yogurt alla frutta **B**

Spuntini
Merende

A metà mattina verrà servita frutta fresca di stagione sia alla scuola dell'infanzia (tutti i giorni) sia alla scuola primaria (3 volte a settimana)

Scuola Infanzia e Primaria

COMUNE DI ARNAD

Tutti i pasti (ad eccezione del giorno in cui viene servita la pizza) vengono completati con pane locale bianco (lunedì, mercoledì e venerdì) o integrale (martedì e giovedì) **PL 1 volta alla settimana come frutta fresca verrà proposta la mela **B** e 1 volta alla settimana la banana **B**.**

crostacei, uova, pesci, arachidi, soia, latte e lattosio, frutta con guscio, semi di sesamo, sedano, senape e soffioni, anidride solforosa, lupini, molluschi e prodotti a base di tutti i precedenti (in presenza di certificati medici comprovanti intolleranze/allergie vengono formulate apposite diete).

Le preparazioni gastronomiche potrebbero contenere tracce di: cereali contenenti glutine.

* Materia prima di base congelata e/o surgelata. Olio Extra vergine di oliva biologico

Aggiornato in data 11/09/2017 - Validato da: Dott.ssa Elisabetta Pellegrino