

ANNO SCOLASTICO 2021-2022 MENU' SCUOLA MATERNA
(elaborato su cinque giorni la settimana)

PRIMA SETTIMANA

Lunedì

Risotto alla milanese:

(riso 60 gr., brodo vegetale q.b., olio extra vergine di oliva gr. 5, zafferano, parmigiano Reggiano 10 gr.)

Cotolette di petto di pollo al forno 100 gr.

Insalata di lattuga (lattuga una porzione, olio extra vergine di oliva 5 gr., limone)

Pane formato rosetta 50 gr. oppure Panino al latte 50 gr.

Frutta fresca di stagione 150 gr.

Martedì

Pasta e fagioli:

(pasta 40 gr., fagioli secchi 30 gr. olio extra vergine di oliva 5 gr.)

Formaggio 60 gr.

Insalata di pomodori (pomodori 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

Pane formato rosetta 50 gr. oppure Panino al latte 50 gr.

Frutta fresca di stagione 150 gr.

Mercoledì

Pasta e patate:

(pasta 50 gr., patate 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

Frittata di uova al forno (un uovo, parmigiano Reggiano 10 gr.,)

Insalata di carote (carote 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr., limone)

Pane formato rosetta 50 gr. oppure Panino al latte 50 gr.

Frutta di stagione 150 gr.

Giovedì

Pasta e zucca:

(pasta 50 gr., zucca 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

Polpette al forno con pomodoro (vitellone magro 70 gr., pane 20 gr., uova 20 gr.,

Parmigiano Reggiano gr. 10, pomodori pelati gr. 50, olio extra vergine di oliva gr. 5)

Bieta lessa (bieta 100 gr., olio extra vergine di oliva gr. 5, limone)

Pane formato rosetta 50 gr. oppure Panino al latte 50 gr.

Frutta fresca di stagione 150 gr.

Venerdì

Pasta al pomodoro:

(penne 50 gr., pomodori pelati 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr., parmigiano Reggiano 10 gr.)

Bastoncini di merluzzo impanati al forno con patate

(merluzzo 80 gr., insalata, olio extra vergine di oliva 5 gr.)

Pane formato rosetta 50 gr. Oppure - Panino al latte gr. 50

Yogurt alla frutta 125 gr. - oppure

Frutta fresca di stagione 150 gr.

In adesione ai possibili differenti gusti, ove è previsto è consigliabile servire a parte il parmigiano Reggiano ed il limone

Servizio igiene degli Alimenti e della Nutrizione ASL CE/1-

