



Scuola Primaria Paritaria– Scuola Secondaria I grado Paritaria - a. s. 2022/2023

MENU' INVERNALE SETTIMANALE

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Prima Settimana •3-8/ OTT •2-5/ NOV •28/ NOV - 2/ DIC •27-31/ DIC	Riso in brodo Polpette in umido Insalata	Pasta al pomodoro Frittata dello Chef Carote crude	Cavatelli ai legumi Fior di latte Pomodori all'olio	Bucatini all'amatriciana Petto di pollo Verdure di stagione	Pasta al tonno Guazzetto di pesce o bastoncini di merluzzo Pomodori
Seconda Settimana •10-15/ OTT •7-12/ NOV •5-10/ DIC	Pasta e piselli Frittata Pomodori	Pennette al pomodoro Hamburger di manzo Verdure lesse di stagione	Pasta e legumi Fior di latte Carote crude	Riso al pomodoro Spezzatino di pollo Insalata	Spaghetti allo scoglio Bastoncini di pesce Pomodori
Terza Settimana •17-22/ OTT •14-19/ NOV •12-17/ DIC	Pasta agli ortaggi Polpette in umido Insalata	Gnocchetti sardi ai legumi Salumi misti Carote lesse	Spaghetti al tonno Fior di latte Ortaggi di stagione	Pasta alle verdure Arrosto di vitello Insalata	Riso al pomodoro Frittata Pomodori
Quarta Settimana •24-29/ OTT •21-26/ NOV •19-23/ DIC	Orecchiette al pomodoro Sformato di patate	Pasta alla carbonara Fior di latte Verdure lesse di stagione	Risotto agli ortaggi Bastoncini di merluzzo Pomodori	Penne al pomodoro Prosciutto cotto Insalata	Pasta fantasia Hamburger di vitello Carote lesse

Ogni giorno è prevista una porzione di pane 30-60 gr. e di frutta fresca di stagione 100-150 gr.

I salumi presenti nel menù sono senza polifosfati, lattosio e glutine

Come condimento olio extravergine di oliva 10-15 gr. e parmigiano 5-10 gr.