Comune di BAVENO

Scuole dell'Infanzia **Menu autunno - inverno A.S. 2021/2022**

	1^ settimana	2^ settimana	3^settimana	4^ settimana
Lunedì	Pasta integrale al ragù di verdure Lonza arrosto/Bocconcini Finocchi in insalata / gratinati	Risotto allo zafferano Formaggio di Crodo Fagiolini all'olio	Risotto alla zucca Formaggio (*) Finocchi gratinati / in insalata	Pasta al pesto / pomodoro e pesto Frittata con verdura/patate (al forno) Insalata mista (§)
Martedì	Insalata mista (§) Pizza pomodoro e mozzarella + ½ porzione di prosciutto cotto *oppure* Focaccia farcita	Polenta Spezzatino / Macinata di bovino adulto in umido Carote all'olio	Pasta integrale con sugo al tonno Tortino di uova e ricotta/ Omelette al formaggio Insalata mista (§)	Risotto alla parmigiana/ Riso con olio e parmigiano Pollo arrosto Cavolfiori gratinati con besciamella
Mercoledì	Pasta ai formaggi Polpette di legumi/Hamburger/ Tortino di legumi Carote in insalata/all'olio	Crema di carote con riso Cosce di pollo al forno Patate e broccoli al forno / gratinati	Passato di verdura con orzo/farro/riso Tacchino impanato (al forno) Patate a forno/prezzemolate	Passato di verdura con crostini Polpettone di bovino adulto/ Hamburger di bovino adulto (100% carne) Patate al forno/all'olio
Giovedì	Passato di verdura con riso Scaloppine di tacchino al limone/ alla pizzaiola Patate al forno / all'olio	Pasta con olio / burro e parmigiano / Pasta agli aromi Pesce (^) impanato (al forno) / al pomodoro Insalata mista (§)	Lasagne con ragù di bovino adulto e besciamella Piselli all'olio/Legumi in umido Carote all'olio/grattugiate in insalata	Riso/Pasta al pomodoro Pesce (^) impanato o infarinato (al forno) Fagiolini all'olio
Venerdì	Gnocchi di patate al pomodoro Pesce (^) gratinato / al limone Spinaci/Erbette all'olio/ Insalata mista (§)	Pasta in salsa aurora/ Pasta integrale pomodoro e ricotta Frittata al prosciutto/semplice al forno Insalata verde con carote / barbabietole	Pasta con sugo alle olive Polpette di pesce (^) al forno / Pesce (^) al forno Spinaci/Erbette all'olio/Ins. verde	Ravioli di magro burro e salvia Parmigiano / Grana Carote crude/cotte all'olio

Il pranzo viene completato con **PANE COMUNE-INTEGRALE** e con **FRUTTA FRESCA di stagione** (è consigliabile anticipare quest'ultima nello spuntino di metà mattina).
1 volta/settimana preferibilmente in presenza di piatto unico o di primo piatto asciutto semplice, la frutta può essere sostituita con Yogurt o con un Dolce semplice: budino, torta margherita, allo yogurt, ciambella, crostata, ecc.

(*) Tipologie di formaggio: ricotta, mozzarella, formaggio fresco di capra, primosale, robiola, caciotta, scamorza, fontina, toma (tipo Crodo, ecc.), parmigiano reggiano, grana padano, ecc.

(^) Tipologie di pesce: platessa, sogliola, palombo, nasello o merluzzo, cernia, orata, trota, ecc.

(§) Insalata mista (combinazione di due o più delle seguenti verdure): insalata verde, insalata rossa, cavolo verde, cavolo rosso, verza, carote, finocchi, mais, barbabietole, ecc.

Si raccomanda:

- ✓ la diminuzione dell'utilizzo di sale nella preparazione dei pasti
- ✓ l'utilizzo esclusivo di sale iodato

03 LUG. 2021
ASL VCO
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
DIETISTA Dott.ssa Katia FASOLO
AOO COMUNE DI BAVENO
Protocollo Arrivo N. 8518/2021 del 08-07-2021
Doc. Principale - Copia Documento