

Comune di BAVENO

Scuole Secondarie di I° grado

Menu primavera - estate A.S. 2021/2022

	1 ^a settimana	2 ^a settimana	3 ^a settimana	4 ^a settimana
Lunedì	Pasta al forno Formaggio di Crodo Fagiolini all'olio/in Insalata	Insalata mista con legumi (S) Pizza pomodoro e mozzarella + ½ porzione di prosciutto cotto <i>oppure</i> Focaccia farcita	Ravioili di magro burro e saliva / Pasta pomodoro e ricotta Tortino di legumi/Polpette di legumi Fagiolini all'olio/Zucchine trifolate	Pasta al pesto Mozzarella Insalata pomodori
Martedì	Risotto alla parmigiana Scaloppine di tacchino al limone Zucchine gratinate/trifolate	Pasta integrale al pesto Pesce (*) impanato (al forno)/ con pomodori e olive Insalata carote/Carote all'olio	Pasta con ragù di bovino adulto Parmigiano / Grana Insalata mista (S)	Risotto alle verdure Pollo arrosto Zucchine all'olio
Giovedì	Pasta in salsa aurora/allo zafferano Lonza arrosto / Boccocconi Insalata mista (S) / Ins. di pomodori	Gnocchi di patate al pomodoro Polpettone di bovino adulto / Hamburger di bovino adulto (100% carne) Fagiolini in Insalata / all'olio	Risotto primavera Tacchino impanato (al forno) Insalata verde/di pomodori	Pasta integrale/di semola con pomodori freschi a dadini e basilico Pesce (*) al forno/impanato/ infarinato (al forno) Insalata mista (S)/di carote

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 Dolce semplice: gelato, 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.

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

(S) **Insalata mista** (combinazione di due o più delle seguenti verdure): insalata verde, pomodori, carota, cetrioli, peperoni, mais, ecc.

Si raccomanda:

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

05 lug. 2021

ALL'VOG
 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
 SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
 DISTRETTO Dott.ssa Katia FASOLO

