

Comune di Baveno

Scuole Secondarie 1° grado

Menu autunno - inverno A.S. 2021/2022

	1ª settimana	2ª settimana	3ª settimana	4ª settimana
Lunedì	Spinaci all'olio Pizza pomodoro e mozzarella + ½ porzione di prosciutto cotto/crudo/bresaola	Pasta integrale pomodoro e ricotta Formaggio (*) Erbe all'olio	Risotto alla parmigiana Frittata con patate (al forno) Finocchi in insalata/ins. mista (\$)	Ravioli di ricotta e spinaci al pom. Formaggio (*) Fagiolini all'olio
Martedì	Gnocchi di patate / Pasta al pomodoro Scalopp. di tacchino pom. e origano Carote grattugiate in insalata/all'olio	Polenta Macinata di bovino adulto in umido Carote all'olio	Crema di carote con farro / pasta / crostini Tacchino impanato (al forno) Patate al forno	Risotto allo zafferano Pesce (*) gratinato al forno Insalata mista (\$)
Giovedì	Risotto alla zucca Lonza arrosto Finocchi gratinati	Pasta olio e parmigiano Pesce (*) pomodoro e olive Fagiolini all'olio	Lasagne con ragù di bovino adulto e besciamella Piselli all'olio + Carote all'olio	Pasta integrale al pesto Cosce di pollo al forno Cavolfiori gratinati

Il pranzo viene completato con **PANE COMUNE - INTEGRALE e 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 o di primo in brodo) la frutta può essere sostituita con Yogurt o con 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, nasello, 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. condita con sale iodato e olio extra vergine di oliva. **Succo di limone o aceto solo su richiesta del commensale**

Si raccomanda:

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

ASL VCO
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
DISTRETTO Dott.ssa Kella Sgrosso

12 NOV 2021

Kella Sgrosso

AOC COMUNE DI BAVENO
PROTOCOLLO ARRIVO N. 14474/2021 del 16-11-2021
Doc. Principale - Copia Documento