

MENU'INVERNALE 2021-2022 COMUNE DI _____

LA/E__ Scuole_Materne

PRODOTTO PRESSO IL CENTRO COTTURA DI_Castelletto Borgo_____

DITTA/_____ Sodexo Italia

Il menù settimanale dovrà prevedere:

- ✓ L'acqua sempre disponibile
- ✓ **Pane di semola di grano duro a basso contenuto di sale** servito al momento della somministrazione del secondo piatto
- ✓ **Verdure crude** secondo stagionalità servite in apertura del pasto
- ✓ **Verdure cotte** secondo stagionalità servite come contorno
- ✓ **Frutta fresca** specifica per stagione optando per almeno **4 tipologie diverse la settimana**
- ✓ Il **Primo** scelto tra le proposte di preparazioni in brodo o asciutte (**alternando vari tipi di cereali: farro, orzo, miglio, pasta, riso...**)
- ✓ Il **Secondo** scelto tra differenti matrici proteiche: **A) pollo B) manzo o maiale C) pesce D)uova E) formaggio F) legumi**
- ✓ **Pesce almeno 1 volta a settimana**
- ✓ **Menu senza proteine animali: almeno una volta a settimana**
- ✓ **Il Piatto unico è una** proposta alternativa a un menù che prevede primo e secondo

Utilizzo della colorazione menù

- **Sfondo giallo:** piatti a base di pollo
- **Sfondo rosso:** piatti con carne rossa bovina/suina
- **Scritte in blu:** piatti con pesce.
- **Scritte verdi:** piatti con formaggio
- **Sfondo giallo oro:** piatti a base d'uova
- **Sfondo verde:** piatti vegetariani
- **Sfondo turchese:** piatti vegetariani senza latte e uova
- **Scritte in rosso:** piatti unici inseriti nei singoli riquadri di matrice

* **Confrassegnare con questo simbolo le preparazioni che utilizzano prodotti gelo**

	I settimana	II settimana	III settimana	IV settimana
Lun.	Pasta con sugo verdure Frittata con erbe* Finocchio gratinato* Verdura fresca di stagione Frutta	Minestra di orzo Tortino di patate con fontina Verdure fresche di stagione Frutta	Carote crude Pasta con sugo di asparagi* Sformatini al forno con mozzarella Frutta	Polenta con spezzatino di pollo Zucca gratinata* Carote crude Frutta fresca
Mar.	Passato di ceci e zucca Patate prezzemolate Insalata mista Frutta	PIATTO UNICO Insalata mista Lasagne* con ragu carne bovina Finocchio gratinato* Frutta	Passato di verdura* Filetto merluzzo agli aromi* Patate al forno Carote crude Frutta	Pasta pomodoro ed olive Tortino di patate con fontina Insalata mista Frutta fresca
Mer.	Verdura fresca di stagione pizza margherita* Carote al forno Frutta	Carote crude Riso al rosmarino Cotoletta pesce* Fagiolini al forno* Frutta fresca	Pasta con piselli* Finocchio gratinato* Insalata mista Frutta	Pastina in brodo di carne Manzo lessato con salsa verde Pure patate Insalata mista Frutta fresca
Gio.	Riso con zucca Petti pollo alla salvia Spinaci al tegame* Insalata mista Frutta	Pasta evo Cosce pollo al forno Verdura gratinata al forno Insalata mista Frutta	Gnocchi* di patate al pomodoro Frittata con asparagi* Spinaci al tegame* Insalata mista Frutta	Pasta con fagioli (asciutta) Fagiolini al forno* Insalata mista frutta
Ven.	Pasta al pomodoro Filetto di merluzzo *alla pizzaiola Verdure cotte al vapore* Insalata mista frutta	Pasta con carciofi* Crocchette di pesce* Erbe gustose* Verdura fresca Frutta fresca	Pasta con tonno Sformatini di verdure Insalata mista Frutta fresca	Pasta olio EVO Cotoletta pesce* Carote prezzemolate Insalata mista Frutta