

Menù invernale scuole di Pozzuolo Martesana a.s. 2021-2022



IN VIGORE DAL 2 NOVEMBRE 2021 , PRIMA SETTIMANA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
<i>Prima Settimana</i>	Riso al pomodoro Frittata Spinaci* Frutta fresca di stagione Pane	Polenta Polpette di manzo** Insalata iceberg Frutta fresca di stagione Pane integrale	Pasta al pomodoro e basilico Formaggio spalmabile Broccoletti* all'olio Frutta fresca di stagione Pane	Pasta all'olio evo e Parmigiano Reggiano Cannellini al pomodoro Carote* all'olio Frutta fresca di stagione Pane	Crema di zucca** con farro° Merluzzo* gratinato Finocchi° in insalata Frutta fresca di stagione Pane
<i>Seconda Settimana</i>	Pizza margherita Prosciutto cotto 1/2 porz. Insalata mista con mais* Frutta fresca di stagione Pane	Pasta pomodoro e olive Asiago Broccoletti* all'olio Frutta fresca di stagione Pane integrale	Pasta al pesto Filetè di merluzzo* dorato al forno Carote* all'olio Frutta fresca di stagione Pane	Riso con ragù di verdure* Cotoletta di tacchino Fagiolini* all'olio Frutta fresca di stagione Pane	Pasta e fagioli° Frittata con spinaci* 1/2 porzione Carote julienne Frutta fresca di stagione Pane
<i>Terza Settimana</i>	Risotto allo zafferano Primo sale° Fagiolini* all'olio Frutta fresca di stagione Pane	Pasta al pomodoro Bastoncini di salmone* Spinaci* all'olio Frutta fresca di stagione Pane integrale	Pasta all'olio evo e Parmigiano Reggiano Lenticchie in umido Zucchine** all'olio Frutta fresca di stagione Pane	Pasta al pesto Frittata Insalata mista con carote Frutta fresca di stagione Pane	Riso al pomodoro Scaloppine di pollo Finocchi** gratinati al forno Frutta fresca di stagione Pane
<i>Quarta Settimana</i>	Pasta al sugo di pesce* Bastoncini di merluzzo* Zucchine** trifolate Frutta fresca di stagione Pane	Risotto alla parmigiana Coscia di pollo arrosto/Petto di pollo Finocchi° in insalata Frutta fresca di stagione Pane integrale	Pasta con broccoli* bianca Frittata Carote* all'olio Frutta fresca di stagione Pane	Crema di ceci con pasta Patate* al forno Frutta fresca di stagione Pane	Pasta al ragù di carne** Provolone dolce ½ porzione Fagiolini* all'olio Frutta fresca di stagione Pane

PANE A BASSO CONTENUTO DI SODIO

BANANE 2 VOLTE AL MESE NON IL VENERDÌ

FRUTTA BIOLOGICA 2 VOLTE A SETTIMANA

YOGURT BIOLOGICO

SALE IODATO

PRODOTTI BIOLOGICI °

PANE INTEGRALE UNA VOLTA A SETTIMANA

3 TIPOLOGIE DI FRUTTA DIVERSE A SETTIMANA

unico condimento: OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA