COMUNE DI VAPRIO D'ADDA -
MENU' INVERNO SCUOLA MATERNA E PRIMARIA (In vigore da marzo 2019)

1^ SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	Pasta integrale al pomodoro e basilico Formaggio spalmabile Carote lesse Frutta di stagione Pane	Crema di verdure Polpette alla pizzaiola Purè Frutta di stagione Pane integrale	Pizza margherita Insalata verde Torta paradiso Pane	Risotto alla parmigiana Hamburger di legumi Mix Broccoli Frutta di stagione Pane integrale	Pasta al pesto Filetè di pesce Insalata verde Frutta di stagione Pane
2^ SETTIMANA	**LUNEDI'**	**MARTEDI'**	**MERCOLEDI'**	**GIOVEDI'**	**VENERDI'**
	Pasta al pomodoro Frittata Spinaci Frutta di stagione Pane	Risotto con zuccca Petto di pollo gratinato al forno Finocchi al forno Frutta di stagione Pane integrale	Pasta all'ortolana Crocchette di nasello gratinate Cavolfiore al forno Frutta di stagione Pane	Crema carote con pasta Hamburger di verdura Insalata verde Frutta di stagione Pane integrale	Lasagne vegetariane Carote Yogurt Pane
3^ SETTIMANA	**LUNEDI'**	**MARTEDI'**	**MERCOLEDI'**	**GIOVEDI'**	**VENERDI'**
	Pasta olio e parmigiano Formaggio Fagiolini Frutta di stagione Pane	Risotto alla parmigiana Sovracosce di pollo al forno Petto di pollo per infanzia Broccoli al forno Frutta di stagione Pane integrale	Pasta al pomodoro Limanda gratinata Fagiolini Frutta di stagione Pane	Polenta **Scaloppine di tacchino in umido con carote** Frutta di stagione Pane integrale	Pasta al pesto Crocchette di legumi Cavolfiore gratinato Yogurt Pane
4^ SETTIMANA	**LUNEDI'**	**MARTEDI'**	**MERCOLEDI'**	**GIOVEDI'**	**VENERDI'**
	Chicche al pomodoro inf. Gnocchi al pomodoro el. Frittata al formaggio Finocchi julienne Frutta di stagione Pane	Pasta e fagioli Carote alla julienne Pane e cioccolato Pane integrale	Pasta integrale al pomodoro Limanda al forno Insalata verde Frutta di stagione Pane	Risotto con verdure Lonza al latte Fagiolini e mais Frutta di stagione Pane integrale	Passato di verdura e farro Primo sale Erbette Frutta di stagione Pane

Nei giorni in cui c'è la torta o il dolce è comunque presente la frutta a pranzo per chi la desidera.
*I prodotti **sottolineati** provengono da agricoltura biologica*
Inoltre: pasta, legumi, uova, aceto, farina gialla, farina bianca, olio
Formaggio a rotazione: mozzarella, ricotta, asiago, edamer

La frutta viene servita a metà mattina e si alternano almeno 3 tipologie di frutta di stagione la settimana;

Il pane è a ridotto contenuto di sale e non addizionato di grassi, come da iniziativa della regione Lombardia: "Con meno sale c'è più gusto e guadagni in salute";
Il sale utilizzato nelle preparazioni è del tipo iodato
Viene sempre usato solo olio extravergine d'oliva bio all'interno delle preparazioni.

Data:
20/02/2019

Elaborata dal dietista Sodexo Federico Canegrati