

COMUNE DI CHIGNOLO PO – SCUOLA PRIMARIA



	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
I SETTIMANA	Pasta con sugo alla Norma Insalata caprese Pane comune Frutta fresca		Pasta al pesto Tacchino con olio EVO, limone e prezzemolo Insalata a foglia Pane comune Frutta fresca	Risotto alla parmigiana Filetto di merluzzo dorato al forno Zucchine trifolate Pane comune Frutta fresca	Pasta con crema di basilico e pomodori freschi Polpettine di lenticchie Carote cotte all'olio EVO Pane comune Frutta fresca
II SETTIMANA	Pasta al ragù di carne Grana ½ porzione Pomodori all'olio EVO Pane comune Frutta fresca		Pasta integrale al pesto Tonno all'olio EVO Insalata a foglia Pane comune Frutta fresca	Riso e prezzemolo Rustica di pollo Fagiolini all'olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta in salsa rossa (pomodoro e peperoni frullati) Hamburger di carne Carote olio EVO e limone Pane comune Frutta fresca
III SETTIMANA	Misto di verdure fresche di stagione e legumi Pizza margherita Pane comune ½ porzione Frutta fresca		Risotto alla milanese Polpettone di carne Zucchine con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta all'olio Tacchino agli aromi Fagiolini Pane comune Frutta fresca	Pasta integrale ai sapori freschi Filetto di merluzzo gratinato Carote cotte all'olio EVO Pane comune Frutta fresca
IV SETTIMANA	Pasta con pomodoro e ricotta Lonza agli aromi Fagiolini con olio EVO Pane comune Frutta fresca		Pasta al pesto di zucchini e basilico Tonno all'olio EVO Insalata a foglia Pane comune Frutta fresca	Orzo con verdure di stagione Cotoletta di pollo al forno Carote olio e limone Pane comune Frutta fresca	Pasta allo zafferano Formaggio fresco spalmabile / Ricotta Pomodori olio EVO e basilico Pane comune Frutta fresca

COSA SAPERE



Le grammature utilizzate sono in linea con le Linee Guida dell'ATS di riferimento e si differenziano per fasce di età



Il pane somministrato è sempre a ridotto contenuto di sale, almeno una volta alla settimana viene somministrato pane integrale. Il pane viene servito dopo la somministrazione del primo piatto.



Le proposte di frutta fresca sono settimanalmente calendarizzate, garantendo almeno tre diverse tipologie di frutta nella settimana.



Dove non specificato il formaggio somministrato sarà a rotazione: quartiolo o primosale o crescenza o emmenthal.



Quando nei menù è previsto il buffet di verdure/mix di verdure si garantiscono tipologie diverse di verdura da quelle già calendarizzate nella settimana. Nelle prime settimane di menù le verdure previste nei contorni potrebbero subire variazioni.



In fase di preparazione e condimento viene utilizzato esclusivamente olio di oliva extravergine



In fase di preparazione e condimento viene utilizzato esclusivamente sale iodato.



Ingredienti quali filetti di pesce e alcune verdure da consumare cotte potrebbero essere surgelate all'origine.

COMUNE DI CHIGNOLO PO – SCUOLA PRIMARIA

MENU' ETICO RELIGIOSO



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
I SETTIMANA	Pasta con sugo alla Norma Insalata caprese Pane comune Frutta fresca		Pasta al pesto (1) formaggio Insalata a foglia Pane comune Frutta fresca	Risotto alla parmigiana (4) frittata Zucchine trifolate Pane comune Frutta fresca	Pasta con crema di basilico e pomodori freschi Polpettine di lenticchie Carote cotte all'olio EVO Pane comune Frutta fresca
II SETTIMANA	Pasta (3) al pomodoro Grana ½ porzione Pomodori all'olio EVO Pane comune Frutta fresca		Pasta integrale al pesto (4) formaggio Insalata a foglia Pane comune Frutta fresca	Riso e prezzemolo (3) filetto di pesce (4) legumi Fagiolini all'olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta in salsa rossa (pomodoro e peperoni frullati) (3)Frittata con zucchine Carote olio EVO e limone Pane comune Frutta fresca
III SETTIMANA	Misto di verdure fresche di stagione e legumi Pizza margherita Pane comune ½ porzione Frutta fresca		Risotto alla milanese (3)Frittata agli aromi Zucchine con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta all'olio (3) filetto di pesce (4) formaggio Fagiolini Pane comune Frutta fresca	Pasta integrale ai sapori freschi (4) legumi Carote cotte all'olio EVO Pane comune Frutta fresca
IV SETTIMANA	Pasta con pomodoro e ricotta (2)Salame di uova e spinaci Fagiolini con olio EVO Pane comune Frutta fresca		Pasta al pesto di zucchine e basilico (4) formaggio Insalata a foglia Pane comune Frutta fresca	Orzo con verdure di stagione (3) filetto di pesce (4) frittata Carote olio e limone Pane comune Frutta fresca	Pasta allo zafferano Formaggio fresco spalmabile/ Ricotta Pomodori olio EVO e basilico Pane comune Frutta fresca

SOSTITUZIONI PER MENU' ETICO RELIGIOSO

Quando necessario/richiesto sostituire:

- **CARNI AVICOLE** (POLLO E TACCHINO) CON LE PREPARAZIONI INDICATE CON IL NUMERO **(1)**
- **CARNE SUINA** (LONZA, PROSCIUTTO COTTO/CRUDO) CON LE PREPARAZIONI INDICATE CON IL NUMERO **(2)**
- **CARNE BOVINA** (VITELLO, VITELLONE, MANZO, BRESAOLA) CON LE PREPARAZIONI INDICATE CON IL NUMERO **(3)**
- QUALORA SI RENDA NECESSARIA ANCHE L'ESCLUSIONE DEI **PRODOTTI ITTICI** (PESCE FRESCO O SURGELATO ED IN SCATOLA) SOMMINISTRARE PREPARAZIONE CON IL NUMERO **(4)**

