

COMUNE DI CHIGNOLO PO – SC. PRIMARIA

MENU' AUTUNNO INVERNO A.S. 2021-22



	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
I SETTIMANA	Pasta con sugo rustico (pomodoro, carote, fagioli) Raspadura / grana in scaglie Insalata a foglia con olio EVO Pane comune Frutta fresca		Polenta Brasato / spezzatino di manzo Carote cotte con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta al pomodoro Tonno Finocchi in insalata con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta al pesto Tacchino al latte Fagiolini al vapore con olio EVO Pane comune Frutta fresca
II SETTIMANA	Chicche al pomodoro Formaggio fresco spalmabile Carote julienne con olio EVO Pane comune Frutta fresca		Pasta al pesto Polpettine di zucca e cannellini Finocchi al latte Pane comune Frutta fresca	Zuppa toscana con cereali e legumi Cotoletta di lonza Erbette all'olio Pane comune Frutta fresca	Risotto alla milanese Merluzzo dorato Fagiolini al vapore con olio EVO Pane comune Frutta fresca
III SETTIMANA	Carote Julienne e finocchi in insalata Mozzarella ½ porzione Pizza margherita Pane comune ½ porzione Frutta fresca		Riso all'inglese Polpettine di pesce al forno Fagiolini al vapore con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta al pesto Lonza alle mele Broccoli con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta integrale al pomodoro Tacchino alla salvia Carote baby con olio EVO Pane comune Frutta fresca
IV SETTIMANA	Pasta al ragù di carne Formaggio ½ porz. Finocchi con olio EVO Pane comune Frutta fresca		Ravioli di magro agli aromi Tortino di piselli Carote cotte con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta al sugo di verdure Cosce di pollo al rosmarino Insalata di crauti con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Risotto alla zucca Filetto di pesce dorato Erbette all'olio EVO Pane comune Frutta fresca
IL MENU' ENTRERA' IN VIGORE IL 02.11.2021 A PARTIRE DALLA 1^ SETTIMANA					

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 nel menù è previsto il buffet 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 al fine di mantenere la stagionalità.



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



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



Il formato di pasta è sempre adeguato alle richieste della fascia di età in questione.



Ingredienti quali filetti di pesce (platessa, merluzzo) oppure alcune verdure da consumarsi cotte potrebbero essere surgelate all'origine.



Ove prevista la polenta, qualora si rendesse necessario si sostituirà la stessa con riso all'olio EVO

COMUNE DI CHIGNOLO PO –SC.PRIMARIA

MENU' ETICO RELIGIOSO - AUTUNNO INVERNO A.S. 2020-21



	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
I SETTIMANA	Pasta con sugo rustico (pomodoro, carote, fagioli) Raspadura / grana in scaglie Insalata a foglia con olio EVO Pane comune Frutta fresca		Polenta <u>(3) Fileté di pesce (4)Legumi</u> Carote cotte all'olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta al pomodoro <u>(4) Formaggio</u> Finocchi in insalata con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta al pesto (1)Rollè di frittata Fagiolini al vapore con olio EVO Pane comune Frutta fresca
II SETTIMANA	Chicche al pomodoro Formaggio fresco spalmabile Carote julienne con olio EVO Pane comune Frutta fresca		Pasta al pesto Polpettine di zucca e cannellini Finocchi al latte Pane comune Frutta fresca	Zuppa toscana con cereali e legumi <u>(2) Fileté di pesce (4)Formaggio</u> Erbette all'olio Pane comune Frutta fresca	Risotto alla milanese <u>(4) Frittata</u> Fagiolini al vapore con olio EVO Pane comune Frutta fresca
III SETTIMANA	Carote jullienne e finocchi in insalata Mozzarella ½ porzione Pizza margherita Pane comune ½ porzione Frutta fresca		Riso all'inglese <u>(4) polpettine di legumi / legumi</u> Fagiolini al vapore con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta al pesto <u>(2) Filetto di pesce (4) Frittata</u> Broccoli con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta integrale al pomodoro (1)Lenticchie in umido Carote baby con olio EVO Pane comune Frutta fresca
IV SETTIMANA	<u>(3) Pasta all'olio</u> Formaggio ½ porzione Finocchi con olio EVO Pane comune Frutta fresca		Ravioli di magro agli aromi Tortino di piselli Carote cotte con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta con sugo di verdure (1)Crescenza Insalata di crauti con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Risotto alla zucca <u>(4)Legumi</u> Erbette all'olio EVO Pane comune Frutta fresca

IL MENU' ENTRERA' IN VIGORE IL 02.11.2021 A PARTIRE DALLA 1^ SETTIMANA

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)**

