

## MENU' AUTUNNO – INVERNO per le SCUOLE dell'INFANZIA, PRIMARIE e SECONDARIE DI 1° GRADO

### Istituto Comprensivo di Darfo 2

21/01/20

<b>1° LUNEDI'</b> RISOTTO ALLA ZUCCA HAMBURGER di puro vitellone AL POMODORO BROCCOLI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>2° LUNEDI'</b> GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO BOCCONCINI DI POLLO AL FORNO SPINACI FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>3° LUNEDI'</b> RISO E PISELLI FRITTATA AL FORNO FAGIOLINI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>4° LUNEDI'</b> PENNETTE AL RAGU' VEGETALE <b>PROSCIUTTO COTTO#</b> FINOCCHI CRUDI FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>
<b>1° MARTEDI'</b> PENNETTE AL POMODORO FRITTATA AL FORNO FAGIOLINI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE # <b>PANE</b>	<b>2° MARTEDI'</b> GNOCCHETTI SARDI AL RAGU' VEGETALE <b>ROSA CAMUNA #</b> FINOCCHI AL GRATIN FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>3° MARTEDI'</b> FUSILLI AL PESTO (***) LONZA DI MAIALE AL FORNO CAROTE AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>4° MARTEDI'</b> FUSILLI AL TONNO (**) TAGLIATA DI POLLO SPINACI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE # <b>PANE</b>
<b>1° MERCOLEDI'</b> POLENTA O PURE' DI PATATE SPEZZATINO DI POLLO CON CAROTE E PISELLI FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>2° MERCOLEDI'</b> CAVOLFIORE <b>PIZZA MARGHERITA</b> FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>3° MERCOLEDI'</b> INSALATA MISTA LASAGNE O PASTA PASTICCIAIA al ragu' di carne o al ragu' di legumi FRUTTA DI STAGIONE # <b>PANE</b>	<b>4° MERCOLEDI'</b> CAROTE AL VAPORE <b>PIZZA MARGHERITA</b> FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>
<b>1° GIOVEDI'</b> FRULLATO DI VERDURA POLLO AL FORNO PURE' DI PATATE FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>2° GIOVEDI'</b> RISOTTO ALLA CURCUMA FESA DI TACCHINO AGLI AROMI INSALATA MISTA FRUTTA DI STAGIONE # <b>PANE</b>	<b>3° GIOVEDI'</b> FRULLATO DI VERDURA POLLO AL FORNO PATATE AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>4° GIOVEDI'</b> FRULLATO DI LEGUMI ROSA CAMUNA CAVOLFIORE AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>
<b>1° VENERDI'</b> FUSILLI AL PESTO (***) PLATESSA AL POMODORO INSALATA MISTA FRUTTA DI STAGIONE # <b>PANE</b>	<b>2° VENERDI'</b> FARFALLE IN BIANCO (*) CUORE DI MERLUZZO AL GRATIN CAROTE AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>3° VENERDI'</b> FARFALLE AL POMODORO POLPETTE DI MERLUZZO E VERDURE SPINACI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE # <b>PANE</b>	<b>4° VENERDI'</b> RAVIOLI RICOTTA E SPINACI PLATESSA IN CROSTA INSALATA VERDE FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>

**(\*\*) TONNO** al NATURALE, confezionato in vetro **(\*\*\*) PESTO** fresco: basilico, olio extra vergine di oliva, parmigiano/pecorino, pinoli o confezionato senza aglio, in vetro.

**PESCE:** deve essere assicurata una accurata delucidatura

**VERDURE MISTE:** offrire almeno 3 differenti prodotti alla settimana, alternando VERDURE CRUDE e COTTE – condire solo con olio extra vergine di oliva

**INSALATA MISTA:** offrire almeno 2 differenti prodotti: insalata verde, trevisano #, pomodori, carote julienne, verza viola, verza verde...

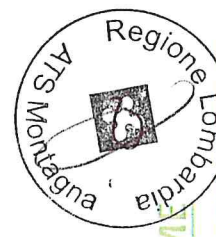
**N.B. Le patate,** per il loro contenuto in amido, non vanno considerate verdure, devono essere somministrate solo quando specificate nel menù. VIETATE PATATE PREFERITE

**FRUTTA:** assicurando almeno 3 differenti prodotti alla settimana, meglio se distribuita a metà mattina **Giornata BIO**

**Giornata BIO**

**# Prodotto km 0**

**Utilizzo di solo PREPARATO PER BRODO VEGETALE senza glutammato, SALE IODATO, PANE A RIDOTTO CONTEUTO DI SALE e OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA sia per condimenti a crudo che per la cottura**



# MENU' PRIMAVERA-ESTATE PASTI A DOMICILIO PER IL COMUNE DI DARFO BOARIO TERME

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO	DOMENICA
1^	SEDANINI AL SALSICIONE RISOTTO ALLA PARMIGIANA FRITTATA AL FORNO BRESAOLA # FAGIOLINI AL VAPORE INSALATA VERDE POLPA DI FRUTTA	INSALATA DI PASTA (FUSILLI); GNOCCHI IN SALSIZIA AURORA PESCE AL PESTO TAGLIATA DI POLLO POMODORI PATATE DUCHESSA FRUTTA DI STAGIONE #	L'ASAGNE AL RAGU' DI TROTA # ORZOTTO ALLE VERDURE POLLO AL CURRY PROSCIUTTO CRUDO INSALATA MISTA RISO JASMINE FRUTTA DI STAGIONE #	FRULLATO DI VERDURA FARFALLE ALLE OLIVE E PREZZEMOLO LONZA DI MAIALE al forno GALLETTI CAVOLIFIORE AL VAPORE PURE' DI PATATE FRUTTA DI STAGIONE	PENNETTE IN BIANCO (*) RAVIOLI RICOTTA E SPINACI PESCE POMODORO SPEZZATINO DI TACCHINO ZUCCHINE TRIFOLATE POLLENZA # YOGURT ALLA FRUTTA	GNOCCHETTI SARDI AI CARCIOFI CRESPELLE AL PROSCIUTTO PETTO DI POLLO al forno SPIEDINI INSALATA VERDE CROCCHETTE DI PATATE FRUTTA DI STAGIONE	MINISTRONE CONCHIGLIE ALL'AMATRICIANA SCALOPPINA ALLA PIZZAIOLA BASTONCINI DI MERLUZZO SPINACI AL VAPORE PATATE AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE
2^	GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO FUSILLI ZAFFERANO E RICOTTA FETTINA DI MANZO PROSCIUTTO COTTO senza pollicastati FINOCCHI CRUDI PURE' DI PATATE FRUTTA DI STAGIONE	PENNETTE AL PESTO RISOTTO AL TALEGGIO PESCE ALLE OLIVE E PREZZEMOLO CARPESSE SPINACI AL VAPORE INSALATA VERDE FRUTTA DI STAGIONE #	PIZZA MARGHERITA # SPAGHETTI ALLA CARBONARA PROSCIUTTO CRUDO E MELONE # CARNI SALATA INSALATA MISTA FAGIOLIE CIPOLLA FRUTTA DI STAGIONE #	RISO IN BIANCO (*) SEDANINI AL POMODORO ARROSTO DI TACCHINO agli aromi AGNE SALATA INSALATA MISTA FAGIOLIE CIPOLLA FRUTTA DI STAGIONE #	FARFALLE ALLE ZUCCHINE CRESPELLE AL PROSCIUTTO PESCE AL GRATIN LUGANEGA POMODORI CAROTE AL VAPORE YOGURT ALLA FRUTTA PENNETTE AL TONNO (**)	FRULLATO DI PISELLI PANNA PROSCIUTTO PISELLI HAMBURGER FORMAGGI MISTI # # ERBE AL VAPORE PATATE DUCHESSA FRUTTA DI STAGIONE	RISOTTO ALLA CURCUMA PASTA RIBERNO ROAST BEEF POLPETTE DI MANZO BROCCOLI AL VAPORE FAGIOLINI FRUTTA DI STAGIONE
3^	FRULLATO DI CAROTE FETTINA DI TACCHINO al forno RICOTTA # INSALATA MISTA PATATE AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE	GNOCCHETTI SARDI AI CARCIOFI SPEZZATINO DI TACCHINO BASTONCINI DI MERLUZZO CAROTE AL VAPORE POLLENZA # FRUTTA DI STAGIONE #	FRITTATA al forno SPIEDINI FAGIOLINI AL VAPORE INSALATA VERDE POLPA DI FRUTTA	SEDANINI ALLA MATRICIANA POLLO AL FORNO SCALOPPINA LA VINO BIANCO ZUCCHINE TRIFOLATE CAVOLIFIORE AL GRATIN FRUTTA DI STAGIONE #	GNOCCHI AL POMODORO POLPETTE DI MERLUZZO E VERDURE HAMBURGER POMODORI RISO JASMINE FRUTTA DI STAGIONE	RISOTTO AL SILVER # # POLLO AL CURRY SALTIMBOCCA ALLA ROMANA INSALATA VERDE PATATE AL FORNO FRUTTA DI STAGIONE	CRESPELLE AL PROSCIUTTO GALLETTI PROSCIUTTO CRUDO INSALATA VERDE PATATE AL FORNO FRUTTA DI STAGIONE
4^	GNOCCHETTI SARDI AL POMODORO RISOTTO ALLE CAROTE LIUVA STRAPAZZATE al forno FAGIOLINI AL VAPORE INSALATA MISTA POLPA DI FRUTTA	FARFALLE IN BIANCO (*) CRESPELLE AL PROSCIUTTO PESCE AL VAPORE SCALOPPINE AL LIMONE CAROTE JULIENNE ZUCCHINE TRIFOLATE FRUTTA DI STAGIONE #	PIZZA MARGHERITA # POLPETTE DI MANZO FORMAGGI MISTI # # INSALATA VERDE BROCCOLI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE #	RISOTTO CON ZUCCHINE E CURCUMA SPAGHETTI AGLIO OLIO E PEPPERONCINO ARROSTO DI TACCHINO FRUTTA DI STAGIONE #	FUSILLI AL RAGU' VEGETALE GNOCCHI AL PESTO PESCE IN CROSTA ROAST BEEF CAROTE AL VAPORE PATATE AL VAPORE BUDINO	FRULLATO DI PORR SEDANINI ZAFFERANO E RICOTTA LUGANEGA CROCCHETTE DI RISO CAVOLIFIORE AL VAPORE POMODORI E CIPOLLA FRUTTA DI STAGIONE	INSALATA D'ORZO CONCHIGLIE ALLA CARBONARA FETTINA DI MANZO SCALOPPA VALDOSIANA SPINACI AL VAPORE PURE' DI PATATE FRUTTA DI STAGIONE

Prodotti BIO # Prodotto km0 # Prodotto igp/dop (\*) Condire solo con olio extra vergine di oliva (\*\*) TONNO al naturale (\*\*\*) PESTO : confezionato senza aglio, in vetro (il grana padano utilizzato per il condimento dei piatti)

**PESCE:** deve essere assicurata una accurata deliscatura.  
**VERDURE:** offrire almeno 3 differenti prodotti alla settimana, alternando VERDURE CRUDE e COTTE - condire solo con olio extra vergine di oliva.  
**INSALATA MISTA:** offrire almeno 2 differenti prodotti tra: insalata verde, trevisano #, pomodori, carote julienne, verza viola, verza verde...  
**Crostini:** ottenuti esclusivamente da pane comune tostato.  
**FRUTTA:** assicurare almeno 3 differenti prodotti alla settimana.

Utilizzo di solo **PREPARATO PER BRODO VEGETALE** senza glutammato, **SALE IODATO**, **PANE A RIDOTTO CONTENUTO DI SALE** e **OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA** sia per condimenti a crudo che per la cottura.

- ALTERNATIVE FISSE :
- frullato di verdure, pasta/riso all'olio o al pomodoro
  - petto di pollo, pesce al vapore, formaggio misto, prosciutto crudo/cotto, carne frullata
  - insalata fresca, puré, verdura cotta all'olio

# MENU' PRIMAVERA-ESTATE PASTI A DOMICILIO PER IL COMUNE DI DARFO BOARIO TERME

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENEDI'	SABATO	DOMENICA
5 <sup>^</sup>	SEDANINI AL SALVIONE	INSALATA DI PASTA (FUSILLI)	LASAGNE AL RAGU' DI TROTA #	FRULLATO DI VERDURA	PENNETTE IN BIANCO(*)	GNOCCHETTI SARDI AI CARCIOFI	MINISTRONE
	<b>RISOTTO ALLA PARMIGIANA</b>	<b>GNOCCHI IN SALSA AURORA</b>	<b>ORZOTTO ALLE VERDURE</b>	<b>FARFALLE ALLE OLIVE E PREZZEMOLO</b>	<b>RISOTTO AGLI ASPARAGI</b>	<b>CRESPELLE AL PROSCIUTTO</b>	<b>CONCHIGLIE ALL'AMATRICIANA</b>
	FRITTATA AL FORNO	PESCE ALLA SORRENTINA	POLLO AL CURRY	LONZA DI MAIALE al forno	PESCE POMODORO	PETTO DI POLLO al forno	SCALOPPINA ALLA PIZZAIOLA
	BRESOLA #	TAGLIATA DI POLLO	SCALOPPINA AL VINO BIANCO	GALEFFO	RISOTTO #	SPIEDINI	SALSTONAGNI DI MERLUZZO
FAGIOLINI AL VAPORE	POMODORI	INSALATA MISTA	CAVOLO-FIORE AL VAPORE	ZUCCHINE TRIFOLATE	INSALATA VERDE	SPINACI AL VAPORE	
INSALATA VERDE	PATATE DUCHESSE	RISO JASMINE	FRUTTA DI STAGIONE #	FRUTTA DI STAGIONE	CROCCHETTE DI PATATE	PATATE AL VAPORE	
POLPA DI FRUTTA	FRUTTA DI STAGIONE #	FRUTTA DI STAGIONE #	FRUTTA DI STAGIONE #	FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE	
GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO	FRULLATO DI VERDURE	PIZZA MARGHERITA #	RISO IN BIANCO(*)	FARFALLE ALLE ZUCCHINE	FRULLATO DI PISELLI	RISOTTO ALLA CURCUMA	
6 <sup>^</sup>	FUSILLI ZAFFERANO E RICOTTA #	PENNETTE AL PESTO	SPAGHETTI ALLA CARBONARA	CASARETTI DI MARGO	CRESPELLE AL PROSCIUTTO	CONCHIGLIE AL POMODORO	PASTA AL FORNO
	FETTINA DI MANZO	PESCE ALLA SICILIANA	PROSCIUTTO CRUDO E MELONE #	ARROSTO DI TAGCHINO agli erbi	PESCE AL GRATIN	HAMBURGER	ROAST BEEF
	PROSCIUTTO COTTO senza polifosfati	CAPRESE	PETTO DI POLLO al forno	SALSA SA SA SA	LUGANEGA	FORMAGGI MISTI # #	POLPETTE DI MANZO
	FINOCCHI CRUDI	SPINACI AL VAPORE	CAROTE JULIENNE	INSALATA MISTA	POMODORI	ERBE AL VAPORE	ROCCOLI AL VAPORE
PURE DI PATATE	INSALATA VERDE	ZUCCHINE TRIFOLATE	FAGIOLINI AL VAPORE	PATATE DUCHESSE	PATATE DUCHESSE	FAGIOLINI	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE	YOGURT ALLA FRUTTA	FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE	
RISO E PISELLI	INSALATA DI ORZO	FUSILLI AL POMODORO	INSALATA DI RISO	PENNETTE AL TONNO(**)	FARFALLE AL RAGU'	CONCHIGLIE AURORA	
FRULLATO DI VERDURA	GNOCCHETTI SARDI AI CARCIOFI	RISOTTO AGLI ASPARAGI	SEDANINI ALLA MATRICIANA	GNOCCHI AL POMODORO	RISOTTO AL SILTER #	CRESPELLE AL PROSCIUTTO	
RICOTTA #	SPEZZATINO DI TAGCHINO	FRITTATA al forno	POLLO AL FORNO	POLPETTE DI MERLUZZO E VERDURE	POLLO AL CURRY	GALLEFFO	
FETTA DI TAGCHINO AL FORNO	BASTONCINI DI MERLUZZO	SPIEDINI	SCALOPPA VALDOSTANA	HAMBURGER	SALTIMOCICA ALLA ROMANA	PROSCIUTTO CRUDO	
INSALATA MISTA	CAROTE AL VAPORE	FAGIOLINI AL VAPORE	ZUCCHINE TRIFOLATE	POMODORI	CAROTE JULIENNE	INSALATA VERDE	
PATATE AL VAPORE	POLPETTE #	INSALATA VERDE	CAVOLO-FIORE AL GRATIN	PURE DI PATATE	RISO JASMINE	PATATE AL FORNO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE #	POLPA DI FRUTTA	FRUTTA DI STAGIONE #	YOGURT ALLA FRUTTA	FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE	
GNOCCHI SARDI AL POMODORO	FARFALLE IN BIANCO(*)	PIZZA MARGHERITA #	RISOTTO CON ZUCCHINE E CURCUMA	FUSILLI AL RAGU' VEGETALE	FRULLATO DI PISELLI	RISOTTO AL TALEGGIO	
RISOTTO ALLE CAROTE	CRESPELLE AL PROSCIUTTO	RISOTTO AGLI SPINACI	SPAGHETTI AGLI OLIO E PEPPERONCINO	LASAGNE AL PESTO(***)	SEDANINI ZAFFERANO E RICOTTA #	CONCHIGLIE ALLA CARBONARA	
PROSCIUTTO COTTO senza polifosfati	PESCE AL PREZZEMOLO	POLPETTE DI MANZO	ARROSTO DI TAGCHINO	PESCE IN CROSTA	CROCCHETTE DI RISO	PETTO DI POLLO al forno	
UOVA STRAPPAZZATE al forno	SCALOPPINE AL LIMONE	FORMAGGI MISTI # #	PROSCIUTTO CRUDO E MELONE #	ROAST-BEEF	CAVOLO-FIORE AL VAPORE	FETTINA DI MANZO	
FAGIOLINI AL VAPORE	CAROTE JULIENNE	INSALATA VERDE	INSALATA MISTA	CAROTE AL VAPORE	POMODORI AL VAPORE	SPINACI AL VAPORE	
INSALATA MISTA	ZUCCHINE TRIFOLATE	ROCCOLI AL VAPORE	CROCCHETTE DI PATATE	PATATE AL VAPORE	POMODORI AL VAPORE	PURE DI PATATE	
POLPA DI FRUTTA	FRUTTA DI STAGIONE #	FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE #	FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE	

**Prodotti BIO**

**Piatto TIPICO**

# Prodotto km0

# Prodotto igp/dop

(\*) Condire solo con olio extra vergine di oliva

(\*\*) TONNO al naturale

(\*\*\*) PESTO : confezionato senza aglio, in vetro

(#) Condire solo con olio extra vergine di oliva

(#) Prodotto km0

(#) Prodotto igp/dop

(#) Condire solo con olio extra vergine di oliva

(#) Condire solo con olio extra vergine di oliva

(#) Condire solo con olio extra vergine di oliva

(#) Condire solo con olio extra vergine di oliva

(#) Condire solo con olio extra vergine di oliva

(#) Condire solo con olio extra vergine di oliva

(#) Condire solo con olio extra vergine di oliva

(#) Condire solo con olio extra vergine di oliva

(#) Condire solo con olio extra vergine di oliva

(#) Condire solo con olio extra vergine di oliva

(#) Condire solo con olio extra vergine di oliva

(#) Condire solo con olio extra vergine di oliva

(#) Condire solo con olio extra vergine di oliva

**PESCE:** deve essere assicurata una accurata delliscatura.

**VERDURE:** offrire almeno 3 differenti prodotti alla settimana, alternando VERDURE CRUDE e COTTE - condire solo con olio extra vergine di oliva.

**INSALATA MISTA:** offrire almeno 2 differenti prodotti tra: insalata verde, trevisano #, pomodori, carote julienne, verza viola, verza verde...

**Crostini:** ottenuti esclusivamente da pane comune tostato.

**FRUTTA:** assicurare almeno 3 differenti prodotti alla settimana.

Utilizzo di solo **PREPARATO PER BRODO VEGETALE** senza diluamnto, **SALE IODATO**, **PANE A RIDOTTO CONTENUTO DI SALE** e **OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA** sia per condimenti a crudo che per la cottura.

ALTERNATIVE FISSE :

frullato di verdure, pasta/riso all'olio o al pomodoro

petto di pollo, pesce al vapore, formaggio misto, prosciutto crudo/cotto, carne frullata

insalata fresca, puré, verdura cotta all'olio



# MENU' AUTUNNO-INVERNO PASTI A DOMICILIO PER IL COMUNE DI DARFO BOARIO TERME

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO	DOMENICA
1 <sup>^</sup>	RISOTTO ALLA CURCUMA GNOCCHETTI SARDI AL SALMONE TACCHINO AL LATTE ROSA CAMUNA # BROCCOLI AL VAPORE INSALATA VERDE FRUTTA DI STAGIONE GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO VEGETALE	PENNETTE AL POMODORO GNOCCHI IN SALSA AURORA PESCE AL PESTO FRITTATA al forno FAGIOLINI AL VAPORE POMODORI E CIPOLLE POLPA DI FRUTTA GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO VEGETALE	ORZOTTO ALLE VERDURE LASAGNE POLLO AL CURRY PROSCIUTTO CRUDO INSALATA MISTA RISO JASMINE FRUTTA DI STAGIONE # PIZZA MARGHERITA #	FRULLATO DI VERDURA CONCHIGLIE ALLE OLIVE E FREZZEMOLO GALLETTO LONZA DI MAIALE al forno PURE DI PATATE CAVOLE FIORE AL GRATIN FRUTTA DI STAGIONE YOGURT ALLA FRUTTA FARFALLE AL RAGU DI TROTA #	FUSILLI IN BIANCO (*) RISOTTO AL SILTER # # PESCE POMODORO SPEZZATINO DI TACCHINO CAROTE AL VAPORE POLVERATA YOGURT ALLA FRUTTA FARFALLE AL RAGU DI TROTA #	FARFALLE AI CARCIOFI CRESPELLE AL PROSCIUTTO PETTO DI POLLO al forno SPIEDINI CROCCHEFFE DI PATATE INSALATA VERDE FRUTTA DI STAGIONE FRULLATO DI PISELLI	MINISTRONE SEDANINI ALL' AMATRICIANA SCALOPPINATA ALLA PIZZOIA BASTONCINI DI MERLUZZO PATATE AL VAPORE SPINACI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE RISOTTO ALLA CURCUMA
2 <sup>^</sup>	CONCHIGLIE ALLO ZOLA # FETTINA DI MANZO PROSCIUTTO COTTO senza polifostati CAVOLE FIORE AL VAPORE PURE DI PATATE POLPA DI FRUTTA	RISOTTO AL TALEGGIO POLLICINO ARROSTO PESCE ALLE OLIVE E FREZZEMOLO GNOCCHI AL GRATIN INSALATA VERDE FRUTTA DI STAGIONE # ORZOTTO ALLE LENTICCHIE	SPAGHETTI ALLA CARBONARA SCALOPPINATA AL LIMONE CROCCHEFFE DI RISO SPINACI AL VAPORE PIELLI IN LUMIDO FRUTTA DI STAGIONE # RISO E PISELLI	RAVOLI RICOTTA E SPINACI ARROSTO DI TACCHINO agli aromi CARNE SALATA INSALATA MISTA FAGIOLINI AL VAPORE BUDINO ALLA VANIGLIA FRULLATO DI VERDURA	PESCE AL GRATIN LUGANEGA CAROTE AL VAPORE GNOCCHI CRUDI BUDINO ALLA VANIGLIA FARFALLE IN BIANCO (*)	SEDANINI PANNA-PROSCIUTTO, PISELLI HAMBURGER FORNAGGI MISTI # # PATATE DUCHESSA BROCCOLI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE GNOCCHETTI SARDI AL RAGU'	PASTA AL FORNO ROAST-BEEF POLPETTE DI MANZO CAROTE JULIENNE FAGIOLINI FRUTTA DI STAGIONE FUSILLI AURORA
3 <sup>^</sup>	FUSILLI AL POMODORO o PESTO (***) FETTA DI TACCHINO AL FORNO ROSA CAMUNA # BROCCOLI AL VAPORE INSALATA VERDE FRUTTA DI STAGIONE PENNETTE AL RAGU VEGETALE	CONCHIGLIE AI CARCIOFI SPEZZATINO DI TACCHINO BASTONCINI DI MERLUZZO POLVERATA # CAROTE AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE FRULLATO DI LEGUMI	PENNETTE PANNA-PROSCIUTTO E PISELLI FRITTATA al forno SPIEDINI BROCCOLI AL VAPORE POMODORI POLPA DI FRUTTA RISOTTO AGLI SPINACI	SEDANINI ALL' AMATRICIANA TAGLIATA DI POLLO al forno SCALOPPINATA VINO BIANCO PATATE AL VAPORE CAVOLE FIORE AL GRATIN FRUTTA DI STAGIONE # CASONCEL LI DI MAGRO	GNOCCHI ZOLAE SPECK # POLPETTE DI MERLUZZO E VERDURE HAMBURGER INSALATA MISTA PURE DI PATATE YOGURT ALLA FRUTTA FUSILLI AL TONNO (**)	RISOTTO AL SILTER # # POLLO AL CURRY SALTIMBOCCA ALLA ROMANA FAGIOLINI RISO JASMINE FRUTTA DI STAGIONE FRULLATO DI PORRI	CRESPELLE AL PROSCIUTTO GALLETTO PROSCIUTTO CRUDO INSALATA VERDE PATATE AL FORNO FRUTTA DI STAGIONE RISOTTO CON LENTICCHIE
4 <sup>^</sup>	RISOTTO ALLE CAROTE PROSCIUTTO COTTO senza polifostati UOVA STRAPPAZZATE al forno FINOCCHI CRUDI SPINACI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE	CRESPELLE AL PROSCIUTTO ARROSTO DI TACCHINO agli aromi PESCE AL VAPORE INSALATA VERDE PISELLI ALLA CREMA FRUTTA DI STAGIONE #	PIZZA MARGHERITA # POLPETTE DI MANZO FORMAGGI MISTI # # CAROTE AL VAPORE BROCCOLI AL GRATIN POLPA DI FRUTTA	SPAGHETTI AGLIO OLIO E PEPERONCINO POLLO ARROSTO TACCHINO AL LATTE INSALATA MISTA CROCCHEFFE DI PATATE FRUTTA DI STAGIONE #	GNOCCHI AL PESTO PESCE IN CROSTA ROAST-BEEF CAVOLE FIORE AL VAPORE PATATE AL VAPORE BUDINO AL CIOCCOLATO	CONCHIGLIE AL POMODORO CROCCHEFFE DI RISO LUGANEGA FAGIOLINI AL VAPORE FAGIOLINI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE FRUTTA DI STAGIONE	SPAGHETTI ALLA CARBONARA FETTINA DI MANZO SCALOPPA VALDOSTANA PURE DI PATATE CAROTE AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE

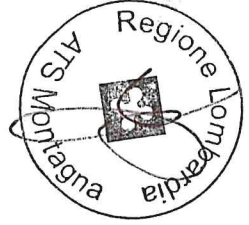
**Prodotti BIO** (\*) Condire solo con olio extra vergine di oliva (\*\* )TONNO al naturale (\*\*\*)PESTO : confezionato senza aglio, in vetro

**Piatto TIPICO** # Prodotto igp/dop (il grana padano utilizzato per il condimento dei piatti)

**PESCE:** deve essere assicurata una accurata deliscatura  
**VERDURE:** offrire almeno 3 differenti prodotti alla settimana, alternando VERDURE CRUDE e COTTE - condire solo con olio extra vergine di oliva.  
**INSALATA MISTA:** offrire almeno 2 differenti prodotti tra: insalata verde, trevisano #, pomodori, carote julienne, verza viola, verza verde...  
**Crostini:** ottenuti esclusivamente da pane comune tostato.  
**FRUTTA:** assicurare almeno 3 differenti prodotti alla settimana.

Utilizzo di solo **PREPARATO PER BRODO VEGETALE** senza glutammato, **SALE IODATO**, **PANE A RIDOTTO CONTENUTO DI SALE** e **OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA** sia per condimenti a crudo che per la cottura.

**ALTERNATIVE FISSE :**  
 frullato di verdure, pasta/riso all'olio o al pomodoro  
 petto di pollo, pesce al vapore, formaggio misto, prosciutto crudo/cotto, carne frullata  
 insalata fresca, pure, verdura cotta all'olio



# MENU' AUTUNNO-INVERNO PASTI A DOMICILIO PER IL COMUNE DI DARFO BOARIO TERME

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	ENERDI'	SABATO	DOMENICA
5^	RISOTTO ALLA CURCUMA	PENNETTE AL POMODORO	ORZOTTO ALLE VERDURE	FRULLATO DI VERDURA	FUSILLI IN BIANCO(*)	FARFALLE A' CARGIOF	MINESTRONE
	GNOCCHETTI SARDI ALL'ORTOLANA	PENNETTE IN SALSA AURORA	LASAGNE	CONCHIGLIE SPECK E ZOLA#	RISOTTO AGLI ASPARAGI	CRESPELLE AL PROSCIUTTO	SEDANINI ALL'AMATRICIANA
	TACCHINO AL LATTE	PESCE ALLA SORRENTINA	POLLO AL CURRY	LOINZA DI MAIALE al forno	PESCE POMODORO	PETTO DI POLLO al forno	SCALOPPINA ALLA PIZZAIOLA
	ROSA CAMUNA#	FRITTATA al forno	PROSCIUTTO CRUDO	SPIEDINI	SPIZZAZ' NO D' ZACCHINO	GALLETTO	BASTONCINI DI MERLUZZO
	BROCCOLI AL VAPORE	FAG OLINI AL VAPORE	INSALATA MISTA	CAVOLIFIORE AL GRATIN	CAROTE AL VAPORE	SPINACI AL VAPORE	PATATE AL VAPORE
	INSALATA VERDE	POMODORI E CIPOLLE	RISO JASMINE	PURE DI PATATE	POLVERTA#	CROCCHETTE DI PATATE	PATATE AL VAPORE
	FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE #	FRUTTA DI STAGIONE	YOGURT ALLA FRUTTA	FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE
	GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO VEGETALE	GNOCCHETTI SARDI AL RAGU VEGETALE	PIZZA MARGHERITA #	RISO IN BIANCO(*)	FARFALLE AL RAGU' DI TROTA#	FRULLATO DI PISELLI	RISOTTO ALLA ZUCCA
	CONCHIGLIE OLIVE E PIREZZEMOLO	RISOTTO AL TALEGGIO	SPAGHETTI AGLIO OLIO	RAVOLI RICOTTA E SPINACI	CRESPELLE AL PROSCIUTTO	SEDANINI PANNA	PASTA AL FORNO
	FETTA DI TACCHINO al forno	POLLO ARROSTO	SCALOPPINA LIMONE	ARROSTO DI TACCHINO agli aromi	PESCE AL GRATIN	HAMBURGER	ROAST-BEEF
BROCCOLI COTTO senza pollosati	PESCE AL VAPORE	CROCCHETTA DI RISO	CARNE SALATA	LY SAVARIN	FORMAGGI MISTI #	POLPETTE DI MANZO	
CAVOLIFIORE AL VAPORE	FINOCCHI AL GRATIN	SPINACI AL VAPORE	INSALATA MISTA	CAROTE AL VAPORE	BROCCOLI AL VAPORE	CAROTE JULIENNE	
PURE DI PATATE	INSALATA VERDE	PIELLI IN UMIDO	FAGIOLINE CIPOLLA	FINOCCHI CRUDI	PATATE DUCHESSE	FAGIOLINI	
POLPA DI FRUTTA	FRUTTA DI STAGIONE #	FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE #	YOGURT ALLA FRUTTA	FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE	
FRULLATO DI PORRI	ORZOTTO ALLE LEVISTICHE	RISO E PISELLI	FRULLATO DI VERDURA	FARFALLE IN BIANCO(*)	RISOTTO AGLI SPINACI	FUSILLI AURORA	
FUSILLI AL POMODORO o PESTO(**)	CONCHIGLIE AI CARGIOFI	PENNETTE AI 4 FORMAGGI#	SEDANINI ALL'AMATRICIANA	GNOCCHI ZOLA E SPECK#	GNOCCHETTI SARDI AL RAGU'	CRESPELLE AL PROSCIUTTO	
GALLETTO al forno	SPIZZAZ' NO D' TACCHINO	FRITTATA al forno	TAGLIATA DI POLLO al forno	POLPETTE DI MERLUZZO E VERDURE	POLLO AL CURRY	PROSCIUTTO CRUDO	
ROSA CAMUNA #	BASTONCINI DI MERLUZZO	SALANELLA al forno	SCALOPPINA VINO BIANCO	HAMBURGER	SALTIMBOCCA ALLA ROMANA	SPIEDINI	
BROCCOLI AL VAPORE	CAROTE AL VAPORE	SPINACI AL VAPORE	CAVOLIFIORE AL GRATIN	INSALATA MISTA	FAG OLINI	INSALATA VERDE	
INSALATA VERDE	POLVERTA	POMODORI	PATATE AL VAPORE	PURE DI PATATE	RISO JASMINE	PATATE AL FORNO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE	POLPA DI FRUTTA	FRUTTA DI STAGIONE #	YOGURT ALLA FRUTTA	FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE	
PENNETTE AL RAGU VEGETALE	FRULLATO DI VERDURA	RISOTTO ALLA ZUCCA	CASONCELLI DI MAGRO	FUSILLI AL TONNO(**)	FRULLATO DI LEGUMI	RISOTTO CON LEVISTICHE	
RISOTTO ALLE CAROTE	CRESPELLE AL PROSCIUTTO	PIZZA MARGHERITA #	PASTA AL FORNO	GNOCCHI AL PESTO	CONCHIGLIE AL POMODORO	SPAGHETTI ALLA CARBONARA	
PROSCIUTTO COTTO senza pollosati	ARROSTO DI TACCHINO agli aromi	ROAST-BEEF	POLLO ARROSTO	PESCE IN CROSTA	LUGANEGA al forno	FETTINA DI MANZO	
UCVA STRAPAZZATE al forno	PESCE ALLA SICILIANA	INSALATA VERDE	TACCHINO AL LATTE	FORMAGGI MISTI #	CROCCHETTE DI RISO	SCALOPPA VALDOSTANA	
FINOCCHI CRUDI	INSALATA VERDE	CAROTE AL VAPORE	INSALATA MISTA	CAVOLIFIORE AL VAPORE	FAG OLINI AL VAPORE	CAROTE AL VAPORE	
SPINACI AL VAPORE	PISELLI ALLA CREMA	BROCCOLI AL GRATIN	CROCCHETTE DI PATATE	PATATE AL VAPORE	FAGIOLINI UMIDO	PURE DI PATATE	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE #	POLPA DI FRUTTA	FRUTTA DI STAGIONE #	BUDINO	FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE	

(\*) Condire solo con olio extra vergine di oliva

(\*\*) TONNO al naturale

(\*\*\*) PESTO : confezionato senza aglio, in vetro

# Prodotto km0 # Prodotto igr/dop (il grano padano utilizzato per il condimento dei piatti)

# Prodotto km0

**PESCE:** deve essere assicurata una accurata deliscatura.

**VERDURE:** offrire almeno 3 differenti prodotti alla settimana, alternando VERDURE CRUDE e COTTE - condire solo con olio extra vergine di oliva.

**INSALATA MISTA:** offrire almeno 2 differenti prodotti tra: insalata verde, trevisano #, pomodori, carote juliennes, verza viola, verza verde...

**Crostini:** ottenuti esclusivamente da pane comune tostato.

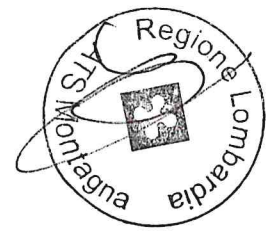
**FRUTTA:** assicurare almeno 3 differenti prodotti alla settimana.

Utilizzo di solo **PREPARATO PER BRODO VEGETALE** senza glutammato. **SALE IODATO. PANE A RIDOTTO CONTENUTO DI SALE E OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA** sia per condimenti a crudo che per la cottura.

ALTERNATIVE FISSE : frullato di verdure, pasta/riso all'olio o al pomodoro

petto di pollo, pesce al vapore, formaggio misto, prosciutto crudo/cotto, carne frullata

insalata fresca, pure, verdura cotta all'olio



**MENU' PRIMAVERA - ESTATE per le SCUOLE dell'INFANZIA, PRIMARIE e SECONDARIE DI 1° GRADO**  
**Istituto Comprensivo di Darfo 2**

14/01/20

<b>1° LUNEDI'</b> RISOTTO ALLA PARMIGIANA FRITTATA AL FORNO FAGIOLINI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE PANE	<b>2° LUNEDI'</b> GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO POLLO AL FORNO FINOCCHI CRUDI FRUTTA DI STAGIONE PANE	<b>3° LUNEDI'</b> RISOTTO CON ZUCCHINE RIGOTTA INSALATA MISTA FRUTTA DI STAGIONE PANE	<b>4° LUNEDI'</b> GNOCCHETTI SARDI AL POMODORO PROSCIUTTO COTTO senza polifosfati FAGIOLINI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE PANE
<b>1° MARTEDI'</b> PENNETTE IN BIANCO (*) TAGLIATA DI POLLO POMODORI FRUTTA DI STAGIONE # PANE	<b>2° MARTEDI'</b> PENNETTE AL PESTO (***) CAPRESE SPINACI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE # PANE	<b>3° MARTEDI'</b> FUSILLI AL POMODORO FRITTATA AL FORNO FAIOLINI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE # PANE	<b>4° MARTEDI'</b> FARFALLE AL TONNO (**) POLLO AL FORNO CAROTE JULIENNE FRUTTA DI STAGIONE # PANE
<b>2° MERCOLEDI'</b> INSALATA MISTA LASAGNE O PASTA PASTICCIAIA al ragu di carne o al ragu di legumi FRUTTA DI STAGIONE # PANE	<b>2° MERCOLEDI'</b> CAROTE JULIENNE PIZZA MARGHERITA FRUTTA DI STAGIONE PANE	<b>3° MERCOLEDI'</b> POLENTA O PURE DI PATATE SPEZZATINO DI POLLO CON CAROTE E PISELLI FRUTTA DI STAGIONE PANE	<b>4° MERCOLEDI'</b> INSALATA VERDE PIZZA MARGHERITA FRUTTA DI STAGIONE PANE
<b>1° GIOVEDI'</b> FRULLATO DI VERDURA BOCCONCINI DI POLLO AL FORNO PURE DI PATATE FRUTTA DI STAGIONE PANE	<b>2° GIOVEDI'</b> RISO E PISELLI LONZA DI MAIALE AL FORNO INSALATA MISTA FRUTTA DI STAGIONE # PANE	<b>3° GIOVEDI'</b> INSALATA DI RISO O ORZO CON VERDURE E LEGUMI SCALOPPINA AL LIMONE al forno ZUCCHINE TRIFOLATE al forno FRUTTA DI STAGIONE # PANE	<b>4° GIOVEDI'</b> RISO IN BIANCO (*) FESA DI TACCHINO agli aromi INSALATA MISTA FRUTTA DI STAGIONE # PANE
<b>1° VENERDI'</b> INSALATA DI PASTA CON VERDURE E LEGUMI CUORE DI MERLUZZO AL POMODORO ZUCCHINE TRIFOLATE al forno FRUTTA DI STAGIONE PANE	<b>2° VENERDI'</b> FARFALLE ALLE ZUCCHINE E CURCUMA PLATESSA AL GRATIN FAGIOLINI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE PANE	<b>3° VENERDI'</b> PENNETTE AL RAGU' VEGETALE POLPETTE DI MERLUZZO E VERDURE POMODORI FRUTTA DI STAGIONE PANE	<b>4° VENERDI'</b> FUSILLI AL PESTO (***) PLATESSA ALLA LIVORNESE CAROTE AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE PANE

(\*\*)TONNO al NATURALE, confezionato in vetro (\*\*\*)PESTO fresco: basilico, olio extra vergine di oliva, parmigiano/pecorino, pinoli o confezionato senza aglio, in vetro.

PESCE: deve essere assicurata una accurata delucidatura

VERDURE MISTE: offrire almeno 3 differenti prodotti alla settimana, alternando VERDURE CRUDE e COTTE - condire solo con olio extra vergine di oliva

INSALATA MISTA: offrire almeno 2 differenti prodotti: insalata verde, trevisano #, pomodori, carote, julienne, verza viola, verza verde...

N.B. Le patate, per il loro contenuto in amido, non vanno considerate verdure, devono essere somministrate solo quando specificate nel menù. VIETATE PATATE PREFERITE

FRUTTA: assicurando almeno 3 differenti prodotti alla settimana, meglio se distribuita a metà mattina **Giornata BIO**

#

Prodotto km 0

Utilizzo di solo PREPARATO PER BRODO VEGETALE senza glutammato, SALE IODATO, PANE A RIDOTTO CONTENUTO DI SALE e OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA sia per condimenti a crudo che per la cottura

14/01/20

## MENU' AUTUNNO – INVERNO per le SCUOLE dell'INFANZIA, PRIMARIE e SECONDARIE DI 1° GRADO

### Istituto Comprensivo di Darfo 2

<b>1° LUNEDI'</b> RISOTTO ALLA ZUCCA HAMBURGER di puro vitellone AL POMODORO BROCCOLI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>2° LUNEDI'</b> GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO BOCCONCINI DI POLLO AL FORNO SPINACI FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>3° LUNEDI'</b> RISO E PISELLI FRITTATA AL FORNO FAGIOLINI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>4° LUNEDI'</b> PENNETTE AL RAGU' VEGETALE PROSCIUTTO COTTO # FINOCCHI CRUDI FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>
<b>1° MARTEDI'</b> PENNETTE AL POMODORO FRITTATA AL FORNO FAGIOLINI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE # <b>PANE</b>	<b>2° MARTEDI'</b> GNOCCHETTI SARDI AL RAGU' VEGETALE ROSA CAMUNA # FINOCCHI AL GRATIN FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>3° MARTEDI'</b> FUSILLI AL PESTO (***) LONZA DI MAIALE AL FORNO CAROTE AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>4° MARTEDI'</b> FUSILLI AL TONNO (***) TAGLIATA DI POLLO SPINACI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE # <b>PANE</b>
<b>1° MERCOLEDI'</b> POLENTA O PURE' DI PATATE SPEZZATINO DI POLLO CON CAROTE E PISELLI FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>2° MERCOLEDI'</b> CAVOLFIORRE PIZZA MARGHERITA FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>3° MERCOLEDI'</b> INSALATA MISTA LASAGNE O PASTA PASTICCIAA al ragu' di carne o al ragu' di legumi FRUTTA DI STAGIONE # <b>PANE</b>	<b>4° MERCOLEDI'</b> CAROTE AL VAPORE PIZZA MARGHERITA FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>
<b>1° GIOVEDI'</b> FRULLATO DI VERDURA POLLO AL FORNO PURE' DI PATATE FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>2° GIOVEDI'</b> RISOTTO ALLA CURCUMA FESA DI TACCHINO AGLI AROMI INSALATA MISTA FRUTTA DI STAGIONE # <b>PANE</b>	<b>3° GIOVEDI'</b> FRULLATO DI VERDURA POLLO AL FORNO PATATE AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>4° GIOVEDI'</b> FRULLATO DI LEGUMI PROSCIUTTO COTTO senza polifosfati CAVOLFIORRE AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>
<b>1° VENERDI'</b> FUSILLI AL PESTO (***) PLATESSA AL POMODORO INSALATA MISTA FRUTTA DI STAGIONE # <b>PANE</b>	<b>2° VENERDI'</b> FARFALLE IN BIANCO (*) CUORE DI MERLUZZO AL GRATIN CAROTE AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>3° VENERDI'</b> FARFALLE AL POMODORO POLPETTE DI MERLUZZO E VERDURE SPINACI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE # <b>PANE</b>	<b>4° VENERDI'</b> RAVIOLI RICOTTA E SPINACI PLATESSA IN CROSTA INSALATA VERDE FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>

(\*\*) **TONNO** al NATURALE, confezionato in vetro (\*\*\*) **PESTO** fresco: basilico, olio extra vergine di oliva, parmigiano/pecorino, pinoli o confezionato senza aglio, in vetro.

**PESCE:** deve essere assicurata una accurata deliscatura

**VERDURE MISTE:** offrire almeno 3 differenti prodotti alla settimana, alternando VERDURE CRUDE e COTTE – condire solo con olio extra vergine di oliva

**INSALATA MISTA:** offrire almeno 2 differenti prodotti: insalata verde, trevisano #, pomodori, carote julienne, verza viola, verza verde...

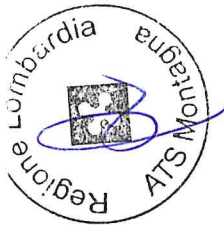
**N.B. Le patate,** per il loro contenuto in amido, non vanno considerate verdure, devono essere somministrate solo quando specificate nel menù. **VIETATE PATATE PREFERITTE**

**FRUTTA:** assicurando almeno 3 differenti prodotti alla settimana, meglio se distribuita a metà mattina **Giornata BIO**

**Giornata BIO**

# **Prodotto km 0**

Utilizzo di solo **PREPARATO PER BRODO VEGETALE senza glutammato, SALE IODATO, PANE A RIDOTTO CONTEUTO DI SALE e OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA sia per condimenti a crudo che per la cottura**



## MENU' PRIMAVERA - ESTATE per le SCUOLE PRIMARIE e SECONDARIE DI 1° GRADO

### Istituto Comprensivo di Darfo 1

14/01/20

1° LUNEDI'	2° LUNEDI'	3° LUNEDI'	4° LUNEDI'
RISOTTO ALLA PARMIGIANA FRITTATA AL FORNO FAGIOLINI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO POLLO AL FORNO FINOCCHI CRUDI FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	RISOTTO CON ZUCCHINE <b>RICOTTA</b> INSALATA MISTA FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	GNOCCHETTI SARDI AL POMODORO PROSCIUTTO COTTO senza polifosfati FAGIOLINI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>
<b>2° MERCOLEDI'</b> INSALATA MISTA LASAGNE O PASTA PASTICCATA ai ragù di carne o al ragù di legumi FRUTTA DI STAGIONE # <b>PANE</b>	<b>2° MERCOLEDI'</b> CAROTE JULIENNE PIZZA MARGHERITA FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>3° MERCOLEDI'</b> POLENTA O PURE' DI PATATE SPEZZATINO DI POLLO CON CAROTE E PISELLI FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>4° MERCOLEDI'</b> INSALATA VERDE PIZZA MARGHERITA FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>
<b>1° VENERDI'</b> INSALATA DI PASTA CON VERDURE E LEGUMI CUORE DI MERLUZZO AL POMODORO ZUCCHINE TRIFOLATE al forno FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>2° VENERDI'</b> FARFALLE ALLE ZUCCHINE E CURCUMA PLATESSA AL GRATIN FAGIOLINI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>3° VENERDI'</b> PENNETTE AL RAGU' VEGETALE POLPETTE DI MERLUZZO E VERDURE POMODORI FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>4° VENERDI'</b> FUSILLI AL PESTO (***) PLATESSA ALLA LIVORNESE CAROTE AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>

**(\*\*)TONNO** al NATURALE, confezionato in vetro  
**(\*\*\*)PESTO** fresco: basilico, olio extra vergine di oliva, parmigiano/pecorino, pinoli o confezionato senza aglio, in vetro.  
**PESCE:** deve essere assicurata una accurata deliscatura

**VERDURE MISTE:** offrire almeno 3 differenti prodotti alla settimana, alternando VERDURE CRUDE e COTTE – condire solo con olio extra vergine di oliva

**INSALATA MISTA:** offrire almeno 2 differenti prodotti: insalata verde, trevisano #, pomodori, carote julienne, verza viola, verza verde...

**N.B. Le patate,** per il loro contenuto in amido, non vanno considerate verdure, devono essere somministrate solo quando specificate nel menù. VIETATE PATATE PREFERITTE

**FRUTTA:** assicurando almeno 3 differenti prodotti alla settimana, meglio se distribuita a metà mattina **Giornata BIO**

# **Giornata BIO**

**Prodotto km 0**

**Utilizzo di solo PREPARATO PER BRODO VEGETALE senza glutammato, SALE IODATO, PANE A RIDOTTO CONTEUTO DI SALE e OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA sia per condimenti a crudo che per la cottura**



## MENU' AUTUNNO – INVERNO per le SCUOLE PRIMARIE e SECONDARIE DI 1° GRADO

### Istituto Comprensivo di Darfo 1

<b>1° LUNEDI'</b> RISOTTO ALLA ZUCCA HAMBURGER di puro vitellone AL POMODORO BROCCOLI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>2° LUNEDI'</b> GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO BOCCONCINI DI POLLO AL FORNO SPINACI FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>3° LUNEDI'</b> RISO E PISELLI FRITTATA AL FORNO FAGIOLINI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>4° LUNEDI'</b> PENNETTE AL RAGU' VEGETALE PROSCIUTTO COTTO # FINOCCHI CRUDI FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>
<b>1° MERCOLEDI'</b> POLENTA O PURE' DI PATATE SPEZZATINO DI POLLO CON CAROTE E PISELLI FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>2° MERCOLEDI'</b> CAVOLFIORRE PIZZA MARGHERITA FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>3° MERCOLEDI'</b> INSALATA MISTA LASAGNE O PASTA PASTICCIAIA al ragù di carne o al ragù di legumi FRUTTA DI STAGIONE # <b>PANE</b>	<b>4° MERCOLEDI'</b> CAROTE AL VAPORE PIZZA MARGHERITA FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>
<b>1° VENERDI'</b> FUSILLI AL PESTO (***) PLATESSA AL POMODORO INSALATA MISTA FRUTTA DI STAGIONE # <b>PANE</b>	<b>2° VENERDI'</b> FARFALLE IN BIANCO (*) CUORE DI MERLUZZO AL GRATIN CAROTE AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>	<b>3° VENERDI'</b> FARFALLE AL POMODORO POLPETTE DI MERLUZZO E VERDURE SPINACI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE # <b>PANE</b>	<b>4° VENERDI'</b> RAVIOLI RICOTTA E SPINACI PLATESSA IN CROSTA INSALATA VERDE FRUTTA DI STAGIONE <b>PANE</b>

(\*\*) **TONNO** al NATURALE, confezionato in vetro (\*\*\*) **PESTO** fresco: basilico, olio extra vergine di oliva, parmigiano/pecorino, pinoli o confezionato senza aglio, in vetro.

**PESCE:** deve essere assicurata una accurata deliscatura

**VERDURE MISTE:** offrire almeno 3 differenti prodotti alla settimana, alternando **VERDURE CRUDE** e **COTTE** – condire solo con olio extra vergine di oliva

**INSALATA MISTA:** offrire almeno 2 differenti prodotti: insalata verde, trevisano #, pomodori, carote julienne, verza viola, verza verde...

**N.B. Le patate,** per il loro contenuto in amido, non vanno considerate verdure, devono essere somministrate solo quando specificate nel menù. **VIETATE PATATE PREFERITTE**

**FRUTTA:** assicurando almeno 3 differenti prodotti alla settimana, meglio se distribuita a metà mattina **Giornata BIO**

**Giornata BIO**

#

**Prodotto km 0**

**Utilizzo di solo PREPARATO PER BRODO VEGETALE senza glutammato, SALE IODATO, PANE A RIDOTTO CONTENUTO DI SALE e OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA sia per condimenti a crudo che per la cottura.**