

MENU' INVERNALE
SCUOLA INFANZIA "GIRASOLE" di MORBEGNO

1° LUNEDI'	2° LUNEDI'	3° LUNEDI'	4° LUNEDI'
FRULLATO di VERDURA con CROSTINI COSCE di POLLO al forno PATATE- VERDURE FRUTTA di STAGIONE PANE	PASTA al POMODORO e RICOTTA ARROSTO di MAIALE al forno VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE	RAVIOLI di MAGRO al POMODORO/in BIANCO(*) o PASTA al POMODORO ARROSTO di TACCHINO al forno VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE	MINESTRA di RISO RISO/ORZO BOCCONCINI\SCALOPPINE di MAIALE al forno PATATE- VERDURE FRUTTA di STAGIONE PANE
1° MARTEDI'	2° MARTEDI'	3° MARTEDI'	4° MARTEDI'
PASTA al POMODORO FORMAGGI MISTI VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE	PIZZOCCHERI ½ PORZIONE di BRESAOLA VERDURE MISTE GELATO alla FRUTTA PANE	RISOTTO allo ZAFFERANO MERLUZZO/PLATESSA al forno VERDURE MISTE YOGURT alla FRUTTA PANE	PASTA in BIANCO(*) BASTONCINI di MERLUZZO al forno con panatura inferiore al 50% VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE
1° MERCOLEDI'	2° MERCOLEDI'	3° MERCOLEDI'	4° MERCOLEDI'
VERDURE MISTE PIZZA MARGHERITA o al PROSCIUTTO COTTO senza polifosfati YOGURT alla FRUTTA PANE	PASTA IN BIANCO(*) PLATESSA/MERLUZZO al forno VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE	LASAGNE con RAGU' di CARNE di VITELLONE ½ PORZIONE di PROSCIUTTO COTTO senza polifosfati VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE	POLENTA /PURE' di PATATE SPEZZATINO di VITELLONE con VERDURE FRUTTA di STAGIONE PANE
1° GIOVEDI'	2° GIOVEDI'	3° GIOVEDI'	4° GIOVEDI'
GNOCCHI di PATATE al POMODORO ARROSTO di MANZO al forno VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE	RISO in BIANCO(*)/alla PARMIGIANA BOCCONCINI di TACCHINO al forno VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE	FRULLATO di VERDURE e LEGUMI con CROSTINI/ORZO PASTA IN BIANCO PETTO di POLLO agli AROMI PATATE- VERDURE FRUTTA di STAGIONE PANE	PASTA al RAGU' VEGETALE (verdure frullate) ARROSTO di TACCHINO FREDDO VERDURE MISTE TORTA DELLA CUOCA PANE
1° VENERDI'	2° VENERDI'	3° VENERDI'	4° VENERDI'
RISOTTO alle VERDURE frullate MERLUZZO/PLATESSA al forno VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE	PASTA al TONNO(**) FRITTATA al forno VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE	PASTA al RAGU' VEGETALE (verdure frullate) FORMAGGI MISTI VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE	PASTA al TONNO(**) FRITTATA al forno VERDURE MISTE FRUTTA di STAGIONE PANE

(*) condito con solo **olio extra vergine di oliva** (**) **TONNO AL NATURALE CONFEZIONATO PREFERIBILMENTE IN VETRO**

utilizzo di solo **PREPARATO PER BRODO VEGETALE** senza glutammato e di **SALE IODATO**

PESCE = deve essere assicurata una accurata deliscatura

VERDURE MISTE = offrire possibilmente due verdure a pasto, assicurando almeno 3 differenti prodotti alla settimana, alternando VERDURE CRUDE e COTTE – condire con **olio extra vergine di oliva**

LE PATATE, per il loro contenuto in amido, non vanno considerate verdure; devono essere somministrate solo quando specificate nel menù (bollite o arrosto)

FRUTTA = può essere distribuita a metà mattina o a pasto, saranno somministrate anche mousse di frutta in alternanza alla frutta fresca.

TORTA DELLA CUOCA (torta allo yogurt, torta margherita, 1 VOLTA AL MESE per festeggiare i compleanni).

PANE A RIDOTTO CONTENUTO DI SALE come indicato "Campagna regionale con meno sale c'è più gusto"

24 AGO. 2016

