

MENU PER SCUOLA INFANZIA "L'ARCOBALENO"

MENU' ESTIVO (1 MAGGIO – 30 SETTEMBRE)					
	1° SETTIMANA	2° SETTIMANA	3° SETTIMANA	4° SETTIMANA	
lunedì	<i>fusilli in bianco (fusilli, parmigiano, olio evo)</i>	<i>zuppa di patate e fagioli (patate, fagioli lunghi piatti, cipolla, pomodorini, olio evo)</i>	<i>gnocchetti al pomodoro (gnocchetti, sugo, parmigiano)</i>	<i>minestrone con pasta (patate, fagiolini, carote, sedano, cipolla, minestrina)</i>	lunedì
	<i>scaloppine di pollo (pollo, pane grattugiato, olio evo)</i>	<i>polpettone (carne macinata di vitellone, pane grattugiato, prezzemolo)</i>	<i>polpette al sugo (carne macinata di vitellone, pane grattugiato, uova, prezzemolo)</i>	<i>insalata i pollo</i>	
	<i>insalata di carote</i>	<i>insalata di icerberg</i>	<i>insalata di carote</i>	<i>icerberg</i>	
	<i>pane</i>	<i>pane</i>	<i>pane</i>	<i>pane</i>	
	<i>frutta di stagione</i>	<i>frutta di stagione</i>	<i>frutta di stagione</i>	<i>frutta di stagione</i>	
martedì	<i>minestra in brodo (minestrina, brodo di pollo)</i>	<i>pennette al pomodoro (pennette, sugo, parmigiano)</i>	<i>minestra di farro (patate, farro, sedano, carote, cipolle, olio evo)</i>	<i>gnocchetti con zucchine (gnocchetti, zucchine, olio evo)</i>	martedì
	<i>insalata di carne (pollo sfilettato, capperi)</i>	<i>omelette al formaggio (uovo, parmigiano, olio evo)</i>	<i>prosciutto cotto</i>	<i>filetti di platessa gratinati (platessa, pane grattugiato, olio evo)</i>	
	<i>patate al vapore</i>	<i>insalata di pomodorini</i>	<i>insalata di pomodori e cetrioli</i>	<i>insalata di carote</i>	
	<i>pane</i>	<i>pane</i>	<i>pane</i>	<i>pane</i>	
	<i>frutta di stagione</i>	<i>frutta di stagione</i>	<i>frutta di stagione</i>	<i>frutta di stagione</i>	
mercoledì	<i>riso al pomodoro (riso, sugo, parmigiano)</i>	<i>pasta fredda caprese (pasta, pomodorini, mozzarella, olio evo, origano)</i>	<i>riso con crema di verdure (zucchine, melanzane, cipolla, olio evo)</i>	<i>riso al pomodoro</i>	mercoledì
	<i>filetti di merluzzo gratinati (merluzzo, pane grattugiato, olio evo)</i>		<i>filetti di merluzzo gratinati (merluzzo, pane grattugiato, olio evo)</i>	<i>formaggio dolce (peretta, dolce sardo)</i>	
	<i>insalata di pomodorini</i>	<i>verdura al forno (melanzane, zucchine, olio evo)</i>	<i>verdure miste al forno (melanzane, zucchine, pomodorini, olio evo)</i>	<i>pomodorini</i>	
	<i>pane</i>	<i>pane</i>	<i>pane</i>	<i>pane</i>	
	<i>frutta di stagione</i>	<i>frutta di stagione</i>	<i>frutta di stagione</i>	<i>frutta di stagione</i>	
giovedì	<i>passato di verdure e legumi (patate, lenticchie, orzo, sedano, carote, cipolle, olio evo)</i>	<i>riso al pomodoro</i>	<i>minestra in brodo di carne (minestrina, brodo di vitellone)</i>	<i>pasta con pomodorini</i>	giovedì
	<i>prosciutto cotto</i>	<i>scaloppine di carne (vitellone, pane grattugiato, olio evo)</i>	<i>spezzatino (vitellone) con</i>	<i>omelette con verdure (uova, latte, fagiolini)</i>	
	<i>purea di purea di patate (patate lesse, latte, parmigiano)</i>	<i>insalata di carote</i>	<i>patate</i>	<i>insalata di lattuga</i>	
	<i>pane</i>	<i>pane</i>	<i>pane</i>	<i>pane</i>	
	<i>frutta di stagione</i>	<i>frutta di stagione</i>	<i>frutta di stagione</i>	<i>frutta di stagione</i>	
venerdì	<i>pizza margherita (pane pizza, passata di pomodoro, mozzarella, olio evo)</i>	<i>passato di verdure e legumi (patate, zucchine, carote, sedano, cipolla, fagiolini, olio evo)</i>	<i>pizza margherita (pane pizza, passata di pomodoro, mozzarella, olio evo)</i>	<i>minestra in brodo vegetale (minestrina, brodo vegetale)</i>	venerdì
		<i>filetti di platessa gratinati (platessa, pane grattugiato, olio evo)</i>		<i>scaloppine di carne (vitellone, pane grattugiato, olio evo)</i>	
	<i>zucchine grigliate</i>	<i>patate lesse</i>	<i>pomodorini</i>	<i>purea di purea di patate (patate lesse, latte, parmigiano)</i>	
	<i>pane</i>	<i>pane</i>	<i>pane</i>	<i>pane</i>	
	<i>frutta di stagione</i>	<i>frutta di stagione</i>	<i>frutta di stagione</i>	<i>frutta di stagione</i>	

a cura della  
Dott.ssa DANIELA URGEGHE  
Biologa Nutrizionista  
Specialista in Scienza dell'Alimentazione