

## MENU' AUTUNNO - INVERNO

### Scuola dell'Infanzia di Incudine

27/03/2023

1° LUNEDI'	2° LUNEDI'	3° LUNEDI'	4° LUNEDI'
GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO O AL PESTO FORMAGGI MISTI VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	MIGLIO CON VERDURE HAMBURGER VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA INTEGRALE AL POMODORO O AL PESTO FORMAGGI MISTI VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA AL RAGU' VEGETALE SGOMBRO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE
1° MARTEDI'	2° MARTEDI'	3° MARTEDI'	4° MARTEDI'
VERDURE MISTE LASAGNE O PASTA PASTICCATA AL RAGU' DI CARNE DI VITELLONE FRUTTA DI STAGIONE PANE INTEGRALE	VERDURE MISTE PIZZA MARGHERITA FRUTTA DI STAGIONE PANE INTEGRALE	POLENTA SPEZZATINO DI VITELLONE CON CAROTE E PISELLI FRUTTA DI STAGIONE PANE INTEGRALE	VERDURE MISTE PIZZOCCHERI O PASTA E FAGIOLI MOZZARELLA O CRESCENZA FRUTTA DI STAGIONE PANE
1° MERCOLEDI'	2° MERCOLEDI'	3° MERCOLEDI'	4° MERCOLEDI'
RISOTTO ALLO ZAFFERANO O ALLA ZUCCA FRITTATA AL FORNO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	RAVIOLI RICOTTA E SPINACI POLLO ARROSTO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	RISO E PISELLO O RISO E LENTICCHIE FRITTATA AL FORNO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	RISOTTO ALLA PARMIGIANA INSALATA DI LEGUMI VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE
1° GIOVEDI'	2° GIOVEDI'	3° GIOVEDI'	4° GIOVEDI'
FRULLATO DI VERDURA LONZA DI MAIALE AL FORNO PATATE AL FORNO FRUTTA DI STAGIONE PANE DI SEGALE	RISO IN BIANCO CECI ALL'OLIO EVO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	FRULLATO DI VERDURE FESA DI TACCHINO AGLI AROMI PATATE FRUTTA DI STAGIONE PANE	ZUPPA DI ORZO POLLO AL FORNO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE DI SEGALE
1° VENERDI'	2° VENERDI'	3° VENERDI'	4° VENERDI'
PASTA IN BIANCO FILETTI DI PESCE AL FORNO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA AL RAGU' VEGETALE FILETTI DI PESCE AL FORNO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	SPATZLY FILETTI DI PESCE AL FORNO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE	PASTA CON RAGU' DI TONNO FILETTI DI PESCE AL FORNO VERDURE MISTE FRUTTA DI STAGIONE PANE

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

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

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

**N.B. Le patate,** per il loro contenuto in amido, non vanno considerate verdure, quindi devono essere somministrate solo quando specificate nel menù, prevedendo sempre anche un contorno di verdure.

**FRUTTA:** assicurando almeno 3 differenti prodotti alla settimana, meglio se distribuita a metà mattina e di tanto in tanto alternarla con MACEDONIA DI FRUTTA FRESCA

**TORTA della cuoca** (torta margherita, torta allo yogurt, torta di mele/frutta o con confettura) **1 VOLTA AL MESE** per festeggiare i compleanni

**ACQUA:** di rete

Si utilizzano 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