

Comune di Villaricca MENU PRIMAVERA/ESTATE SCUOLA INFANZIA/PRIMARIA A.S. 2022- 2023

	I SETTIMANA	II SETTIMANA	III SETTIMANA	IV SETTIMANA
LUNEDI	Pasta con piselli/Trancio di parmigiano/Insalata mista /Frutta di stagione Pane bianco	Pasta integrale con pomodoro fresco e basilico /Bastoncini di merluzzo al forno/Patate al forno Frutta di stagione/Pane bianco	Pasta primavera Omelette con zucchine Frutta di stagione Pane bianco	Pasta e piselli/Formaggino /Spinaci all'agro Frutta di stagione Pane bianco
MARTEDI	Pasta integrale con zucchine Prosciutto cotto di I qualità Spinaci al limone Frutta di stagione <u>Pane integrale</u>	Pasta e fagioli Polpettine di melanzane al forno/Frutta di stagione <u>Pane integrale</u>	Pasta integrale con pomodoro fresco e basilico Filetto di sogliola al pomodoro/Patate/Frutta di stagione/ <u>Pane integrale</u>	Pasta e patate Arista di maiale al forno Fagiolini all'insalata Frutta di stagione <u>Pane integrale</u>
MERCOLEDI	Pasta primavera Arista di maiale al forno Piselli in umido Frutta di stagione Pane bianco	Pasta con zucchine Sovracoscia di pollo Mais e carote Frutta di stagione Pane bianco	Pasta e fagioli Carote e mais Frutta di stagione Pane bianco	Pasta e lenticchie Spinaci al parmigiano Frutta di stagione Pane bianco
GIOVEDI	Pasta e lenticchie Pomodori e mais Frutta di stagione <u>Pane a ridotto contenuto di sale</u>	Pasta con lenticchie Spinaci al parmigiano Frutta di stagione <u>Pane a ridotto contenuto di sale</u>	Focaccia al pomodoro Prosciutto cotto di I qualità/Insalata verde Frutta di stagione <u>Pane a ridotto contenuto di sale</u>	Pasta fredda all'insalata/Roast beef al forno/Insalata mista Frutta di stagione <u>Pane a ridotto contenuto di sale</u>
VENERDI	Focaccia al pomodoro Platessa impanata Carote all'insalata Frutta di stagione Pane bianco	Riso all'insalata Fesa di tacchino al forno Fagiolini all'insalata Frutta di stagione Pane bianco	Pasta con lenticchie Polpettine di spinaci e ricotta al forno Frutta di stagione Pane bianco	Pasta integrale con crema di zucchine/Bastoncini di merluzzo al forno/Insalata mista Frutta di stagione Pane bianco

**N.B.** panino tipo rosetta da g. 30 (1 volta a settimana integrale e 1 volta a ridotto contenuto di sale ). Acqua minerale ml 250. Sale iodato q.b. Frutta fresca di stagione gr 150 . Olio extravergine di oliva gr 10. Un giorno a settimana prevedere l'utilizzo di alimenti biologici. **Si rimanda al file allegato il controllo delle tabelle dietetiche con la composizione dei pasti e le relative grammature.**