MENÙ: ☒ PRIMAVERA/ESTATE DEL COMUNE DI MALAGNINO (da aprile a settembre)

PER LE SCUOLE DELL'INFANZIA E PRIMARIA

PRODOTTO PRESSO IL CENTRO COTTURA DI MALAGNINO – VIA MONTEVERDI 9

Il menù settimanale prevede:

(NB: MODIFICARE INDICANDO QUANTO EFFETTIVAMENTE EROGATO)

- ✓ L'**acqua** sempre disponibile
- ✓ **Pane di semola di grano duro a basso contenuto di sale** servito al momento della somministrazione del secondo piatto
- ✓ **Verdure crude** secondo stagionalità (servite in apertura del pasto)
- ✓ **Verdure cotte** secondo stagionalità servite come contorno
- ✓ **Frutta fresca** specifica per stagione optando per almeno **3/4 tipologie diverse la settimana**
- ✓ **Primo piatto** scelto tra le proposte di preparazioni in brodo o asciutte **(alternando vari tipi di cereali: farro, orzo, miglio, pasta, riso…)**
- ✓ **Secondo piatto** scelto tra differenti matrici proteiche:
- ✓ **Pesce almeno 1 volta a settimana**

Utilizzo della colorazione menù in base ai secondi piatti o piatti unici

- Carne bianca
- Carne rossa (bovina/suina)
- Pesce
- Formaggio
- Uova
- Legumi

Piatto unico: indicare con la dicitura "PIATTO UNICO" e inserire con la rispettiva colorazione in base alla matrice utilizzata

Contrassegnare con questo simbolo ✱ le preparazioni che utilizzano prodotti gelo

	1° settimana	2° settimana	3° settimana	4° settimana
Lun	Pasta al sugo Frittata con verdure Pomodori Zucchine trifolate ✱	**PIATTO UNICO** Insalata Lasagne ai legumi (lenticchie) Carote trifolate ✱	Risotto con porri Polpettine di pesce (Pangasio) ✱ Insalata Fagiolini ✱	Pasta al sugo di carote Caprese Pomodori Peperonata ✱
Mar	Pasta al pesto Pesce gratinato (Halibut) ✱ Insalata Carote al vapore ✱	Farro primavera con fave Coscette di pollo e timo Cetrioli Zucchine al vapore ✱	Pasta integrale al sugo Pollo al limone Carotte julienne Verdura di stagione al forno	**PIATTO UNICO** Insalata Lasagne al forno Spinaci ✱
Mer	Risotto alle zucchine Sfere verdi (piselli) Carote julienne Fagiolini ✱	Pasta olio e grana Cotoletta di pesce (Platessa) ✱ Pomodori Finocchi al forno	Pasta al pesto Polpettine spinaci e ceci Pomodori Dadolata di melanzane ✱	Pasta olio e grana Cotoletta di legumi (fagioli) Carote Fagiolini in umido ✱
Gio	Minestra con cous cous Pollo alla pizzaiola Insalata di finocchi Melanzane all'origano ✱	Risotto alla parmigiana Fettina di tacchino Carote crude Spinaci ✱	Minestra con orzo Lonza al forno Insalata di finocchi Zucchine croccanti ✱	Risotto allo zafferano Spezzatino di pollo agli aromi Insalata Bastoncini di carote ✱
Ven	**PIATTO UNICO** Insalata Pizza margherita Verdura gratinata ✱	Pasta al sugo e basilico Uovo sodo Insalata Peperonata ✱	**PIATTO UNICO** Insalata Pizza margherita Verdure gratinate ✱	Gnocchi al sugo di verdure Pesce alle olive (Halibut) Cetrioli Melanzane e timo ✱

Data 09.09.2022

Firma_____