



MENÙ: AUTUNNO/INVERNO PRIMAVERA/ESTATE VS 04 17.10.2023 FINO AL 31.03.24

DEL COMUNE DI UNIONE CENTURIATI PER LA SCUOLA PRIMARIA DI BONEMERSE

PRODOTTO PRESSO IL CENTRO COTTURA DI BRAZZUOLI
DITTA/GESTORE COOP.S. LUCIA


Il menù settimanale prevede:

- ✓ 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: PLATESSA, MERLUZZO, NASELLO.
- 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 06/11-10/11 04/12-08/12 01/01-05/01 29/01-02/02 26/02-01/03 25/03-29/03	2° settimana 13/11-17/11 11/12-15/12 08/01-12/01 05/02-09/02 04/03-08/03	3° settimana 20/11-24/11 18/12-22/12 15/01-19/01 12/02-16/02 11/03-15/03	4° settimana 27/11-01/12 25/12-29/12 22/01-26/01 19/02-23/02 18/03-22/03
Lun		PASTA OLIO E GRANA CROCCHETTE DI PESCE* / COTOLETTA DI PESCE* CAROTE JULIENNE PANE COMUNE FRUTTA FRESCA	CREMA DI VERDURE E LEGUMI* CON ORZO COTOLETTA DI POLLO* AL FORNO FINOCCHI JULIENNE PANE COMUNE FRUTTA	PASSATO DI LEGUMI* E VERDURA CON FARRO PETTO DI POLLO* ALLA PIZZAIOLA / AGLI AROMI CAROTE JULIENNE PANE COMUNE FRUTTA FRESCA	PASTA INTEGRALE AL POMODORO FRITTATA BIETA COTTA PANE COMUNE FRUTTA
Mar		PASTA INTEGRALE AL POMODORO FRITTATA INSALATA VERDE PANE COMUNE FRUTTA FRESCA	PASTA OLIO E GRANA LONZA INSALATA E CAROTE JULIENNE PANE COMUNE FRUTTA FRESCA	RISO ALLO ZAFFERANO FILETTO DI PESCE AL FORNO* DORATO CAPPUCCIO JULIENNE PANE COMUNE FRUTTA FRESCA	PASTA OLIO E GRANA POLPETTE DI LEGUMI* / LEGUMI* AL POMODORO CAROTE E FINOCCHI JULIENNE PANE COMUNE FRUTTA
Mer		POLPETTE DI VERDURE* CAPPUCCIO PASTA TONNO E POMODORO PANE COMUNE FRUTTA FRESCA PIATTO UNICO	INSALATA CAVOLFIORE* LASAGNA / PASTA AL FORNO CON VERDURE DI STAGIONE* PANE COMUNE FRUTTA FRESCA PIATTO UNICO	INSALATA CAROTE COTTE* PATATE AL FORNO*/AL VAPORE COTOLETTA DI POLLO* AGLI AROMI PANE COMUNE FRUTTA PIATTO UNICO	PASSATO DI VERDURE E LEGUMI* CON FARRO SCALOPPINE DI POLLO* AGLI AROMI INSALATA PANE COMUNE FRUTTA
Gio		CREMA DI CECI / PASSATO DI LEGUMI* CON CROSTINI SCALOPPINA DI POLLO* AGLI AROMI FINOCCHI JULIENNE PANE COMUNE FRUTTA FRESCA	RISO ALLO ZAFFERANO FILETTO DI PESCE* IN UMIDO / AGLI AROMI CAROTE COTTE* PANE COMUNE FRUTTA FRESCA	CAPPUCCIO E INSALATA SPINACI* PIZZA MARGHERITA PANE COMUNE FRUTTA FRESCA PIATTO UNICO	CAPPUCCIO SPINACI* LASAGNA AL RAGU' DI BOVINO* / PASTA AL FORNO CON RAGU' DI CARNE* PANE COMUNE FRUTTA FRESCA PIATTO UNICO
Ven		INSALATA VERDE SPINACI COTTI* PIZZA MARGHERITA PANE COMUNE FRUTTA FRESCA PIATTO UNICO	PASTA AL POMODORO POLPETTE DI LEGUMI* / LEGUMI AL POMODORO INSALATA E FINOCCHI PANE COMUNE FRUTTA FRESCA	POLPETTE DI VERDURE* FINOCCHIO E INSALATA PASTA AL TONNO E POMODORO PANE COMUNE FRUTTA FRESCA PIATTO UNICO	RISO ALLA ZUCCA CROCCHETTE DI PESCE* / COTOLETTA DI PESCE* INSALATA VERDE PANE COMUNE FRUTTA FRESCA

Data _____

Firma _____