# Comune di Ne
## Scuola dell'infanzia, scuola primaria e scuola secondaria
## Menù autunno inverno a.s. 2020/2021

| | LUNEDÌ | MARTEDÌ | MERCOLEDÌ | GIOVEDÌ | VENERDÌ |
|---|---|---|---|---|---|
| I SETTIMANA | Pasta con vellutata di sugo vegetale<br>Merluzzo alle olive<br>Patate al forno<br>Pane integrale<br>Frutta fresca | Tortellini in brodo vegetale<br>Tortino di verdure e legumi<br>**Spinaci all'olio**<br>Pane comune<br>Frutta fresca | Pasta con pesto di broccoletti<br>Formaggio<br>Mix di verdure crude<br>Pane comune<br>Dolce (torta allo yogurt / torta margherita) | Polenta / riso all'olio<br>Spezzatino di pollo/tacchino<br>Carote cotte<br>Pane comune<br>Frutta fresca | Pasta al ragù di pesce<br>Rollè / frittata<br>**Finocchi gratinati**<br>Pane comune<br>Frutta fresca |
| II SETTIMANA | Gnocchi con pesto<br>Fettine di tacchino<br>**Mix di verdure cotte**<br>Pane integrale<br>Frutta fresca | Risotto con zucca<br>Mozzarella / crescenza<br>**Insalata a foglia**<br>Pane comune<br>Frutta fresca | Pasta integrale con salsa al basilico<br>Tortino di bietole<br>**Carote cotte**<br>Pane comune<br>Yogurt | Minestrone (passato) alla ligure con pasta<br>Filetto di pesce panato al forno<br>Patate<br>Pane comune ⅓ porzione<br>Frutta fresca | Pasta al ragù vegetale<br>Crocchette di legumi e carote<br>**Finocchi gratinati**<br>Pane comune<br>Frutta fresca |
| III SETTIMANA | Buffet di **verdure crude**<br>Pizza margherita<br>Pr. Cotto ½ porzione<br>Pane integrale ½ porzione<br>Frutta fresca | Passato di verdure e piselli con crostini/riso integrale<br>**Cotoletta di tacchino al forno**<br>Patate al forno / purè di patate<br>Pane comune<br>Frutta fresca | Pasta al pesto<br>**Formaggio**<br>Cavolo cappuccio in insalata<br>Pane comune<br>Dolce (torta allo yogurt / torta margherita) | Torta di riso<br>Filetto di pesce agli agrumi<br>**Misto verdure cotte**<br>Pane comune<br>Frutta fresca | Vellutata di zucca con crostini<br>Rollè di frittata<br>**Carote cotte**<br>Pane comune<br>Frutta fresca |
| IV SETTIMANA | Ravioli al ragù di carne<br>Polpettone di fagiolini (no patate) ½ porzione<br>**Finocchi gratinati**<br>Pane integrale<br>Frutta fresca | Pasta al pesto<br>Coscia di pollo al forno/ petto di pollo (sc.infanzia)<br>**Spinaci all'olio**<br>Pane comune<br>Frutta fresca | Pasta all'olio<br>Filetto di pesce panato con miglio/avena al forno<br>**Mix di verdure cotte**<br>Pane comune<br>Yogurt | Crema di cannellini con crostini<br>Arrosto di lonza<br>Carote cotte<br>Pane comune<br>Frutta fresca | Risotto al pomodoro<br>Formaggio<br>**Insalata verde**<br>Pane comune<br>Frutta fresca |

### COSA SAPERE

**Le grammature** utilizzate sono in linea con le Linee Guida dell'ATS di riferimento e si differenziano per fasce di età

**Il pane** somministrato è sempre a ridotto contenuto di sale, almeno una volta alla settimana viene somministrato pane integrale. Il pane viene servito dopo la somministrazione del primo piatto.
Il giorno della pizza verranno garantiti panini opzionali per eventuali diete speciali, diete leggere o altre esigenze particolari.

Le **proposte di frutta fresca sono settimanalmente calendarizzate**, garantendo almeno tre diverse tipologie di frutta nella settimana.

Dove non specificato il formaggio somministrato sarà a rotazione:
ricotta o primosale o crescenza o emmenthal.

Una volta al mese è consentito sostituire la frutta fresca con **yogurt o dolce**.

In fase di preparazione e condimento viene utilizzato esclusivamente **olio di oliva extravergine**

In fase di preparazione e condimento viene utilizzato esclusivamente **sale iodato**.

Ingredienti quali filetti di pesce (a rotazione saranno merluzzo o platessa) oppure alcune verdure da consumarsi cotte potrebbero essere surgelate all'origine. Nelle prime settimane di menù le verdure previste nei contorni potrebbero subire variazioni al fine di mantenere la stagionalità.

Volpi Pietro Srl
Il Piacere dei Sapori Genuini