

COMUNE DI LONATO DEL GARDA

Scuola Primaria

MENÙ AUTUNNO - INVERNO

	I settimana	II settimana	III settimana	IV settimana	V settimana	VI settimana
Lunedì	Mezze penne in crema di broccoli** Frittata Insalata mista Pane Frutta di stagione	Riso integrale al pomodoro Tortino di verdure e legumi** Insalata verde Pane Frutta di stagione	Risotto allo zafferano Frittata Carote julienne Pane Frutta di stagione	Mezze penne al ragù bianco Mozzarella Carote julienne Pane Frutta di stagione	Farfalle burro e parmigiano Tortino di verdure e legumi** Fagiolini all'olio* Pane Frutta di stagione	Passato di verdure con orzo** Frittata Cavolfiore all'olio* Pane Frutta di stagione
Martedì	Passato di verdure e fagioli cannellini con farro** Bocconcini di pollo al forno Spinaci gratinati* Pane Frutta di stagione	Sedanini alla parmigiana Filetto di limanda* al limone Carote julienne Pane Frutta di stagione	Passato di verdure e legumi con farro** Bocconcini di pollo al forno Patate sabbiate Pane Frutta di stagione	Risotto con la zucca Frittata Spinaci all'olio* Pane Frutta di stagione	Passato di verdure e fagioli con orzo** Polpette di bovino al forno Bieta all'olio* Pane Frutta di stagione	Farfalle al pomodoro Tortino di verdure e legumi** Cavolo cappuccio in insalata Pane Frutta di stagione
Mercoledì	Riso al pomodoro Tortino di verdure e legumi** Fagiolini all'olio* Pane Frutta di stagione	Pizza margherita (piatto unico) Spinaci all'olio* Insalata verde Pane Frutta di stagione	Pasta al forno (senza ragù) Primo sale ½ porzione Carote julienne Pane Frutta di stagione	Gnocchetti sardi al pesto Tortino di verdure e legumi** Cavolo cappuccio in insalata Pane Frutta di stagione	Penne integrali al pomodoro Frittata Carote julienne Pane Frutta di stagione	Risotto allo zafferano Primo sale Carote julienne Pane Frutta di stagione
Giovedì	Pasta integrale all'ortolana invernale** Filetto di limanda* gratinato Carote julienne Pane Frutta di stagione	Minestra di verdure con orzo** Bocconcini di pollo al forno Broccoletti gratinati* Pane Frutta di stagione	Riso alla parmigiana Merluzzo* gratinato Cavolfiore all'olio* Pane Frutta di stagione	Polenta e spezzatino Spinaci all'olio* Carote julienne Pane Frutta di stagione	Pizza margherita (piatto unico) Spinaci all'olio* Cavolo cappuccio in insalata Pane Frutta di stagione	Lasagne al forno Spinaci all'olio* Carote julienne Pane Frutta di stagione
Venerdì	Riso alla parmigiana Primo sale Cavolo cappuccio in insalata Pane Frutta di stagione	Penne integrali al ragù di verdure** Rotolo di frittata con spinaci** Fagiolini all'olio* Pane Frutta di stagione	Gnocchetti sardi in salsa aurora Tortino di verdure e legumi** Insalata mista Pane Frutta di stagione	Zuppa di farro** Filetto di limanda* gratinato Purea di patate Pane Frutta di stagione	Risotto con la zucca Filetto di limanda* al forno Insalata verde Pane Frutta di stagione	Risotto con la zucca Filetto di merluzzo* panato Insalata mista Pane Frutta di stagione

Prodotti a Km 0

Bovino adulto 24 mesi;
carne suina; confettura;
Monte Veronese DOP;
mozzarella; Parmigiano
Reggiano DOP; Grana
Padano DOP; primo sale;
Quartirolo DOP; ricotta;
latte; burro; budino;
dessert; yogurt; biscotti;
pane comune; farina 0;
farina polenta bramata;
pasta di semola di grano
duro; olio extravergine
d'oliva; uova; kiwi; mele ;
pere; aglio; broccoli;
bieta; carote; cavolfiore;
cipolle; finocchi; insalata;
patate; prezzemolo;
sedano; scanzola; spinaci;
zucca.

Equo Solidale

Tavoletta di cioccolato
Banane

MSC Pesca sostenibile

Merluzzo Platessa
Limanda

* prodotti surgelati
** potrebbe contenere prodotti surgelati

ogni settimana verranno fornite almeno tre differenti tipologie di frutta di stagione tra: mele, pere, arance, banane e mandarini

Giornata BIO

Giornata a Km 0

Si utilizza sale iodato*
Si utilizza olio extra vergine di oliva

Pane a ridotto contenuto di sale (< 1,7% rispetto alla farina)*

