

COMUNE DI REGGELLO – SERVIZIO MENSA SCOLASTICA – MENU' ESTIVO
SCUOLA SECONDARIA DI 1°GRADO

I SETTIMANA				
LUNEDÌ	Pasta al ragù vegetale Farro al pesto	Petto di tacchino al forno Mozzarella	Bis di zucchine e carote al vapore	Frutta di stagione
MERCOLEDÌ	Pasta al tonno/pesce Pasta al pesto di zucchine	Bastoncini di pesce impanati al forno Hamburger ai ferri	Cetrioli e pomodori	Frutta di stagione
VENERDÌ	Risotto con pomodoro fresco e basilico Pasta al ragù vegetale	Frittata con zucchine Bocconcini di pollo al latte	Carote julienne	Budino al cioccolato
II SETTIMANA				
LUNEDÌ	Pasta al pomodoro Cous cous estivo	Polpette di merluzzo impanate al forno Ricotta	Fagiolini all'olio	Frutta di stagione
MERCOLEDÌ	Pasta al pesto Pizza rossa	Petto di tacchino al forno Prosciutto crudo	Insalata mista	Frutta di stagione
VENERDÌ	Risotto con verdure di stagione Pasta all'olio	Pollo arrosto Frittata semplice	Zucchine trifolate	Frutta di stagione

Dott.ssa Elisa Cardilicchia – Biologa Nutrizionista

Nel menù è stata seguita il più possibile la stagionalità della verdura per limitare l'utilizzo di prodotti surgelati quando possibile, le preparazioni sono fresche e vengono effettuate nella stessa giornata dell'utilizzo. Qualora qualche verdura di stagione o altro prodotto riportato in menù non sia disponibile per motivi debitamente motivati la Nutrizionista provvederà a scegliere l'alimento idoneo per una sostituzione.

I prodotti ittici sono surgelati.

III SETTIMANA				
LUNEDÌ	Risotto alla parmigiana Pasta al ragù vegetale	Frittata semplice Hamburger ai ferri	Carote julienne	Frutta di stagione
MERCOLEDÌ	Pasta all'olio Gnocchi al pomodoro	Bocconcini di pollo impanati Polpette di platessa al pomodoro	Spinaci saltati	Frutta di stagione
VENERDÌ	Pasta al tonno/pesce Pasta al pesto di zucchine	Mozzarella Bocconcini di tacchino agli aromi	Fagiolini all'olio	Frutta di stagione
IV SETTIMANA				
LUNEDÌ	Pasta al ragù vegetale Pasta all'olio	Filetti di merluzzo impanati al forno Bresaola olio e limone	Insalata mista	Frutta di stagione
MERCOLEDÌ	Passato di verdure con orzo Pasta al pesto	Polpettine di legumi Ricotta	Pomodori	Yogurt alla frutta
VENERDÌ	Pasta al pomodoro Risotto con verdure di stagione	Bocconcini di tacchino agli aromi Filetti di halibut olio e limone	Bis di zucchine e carote al vapore	Frutta di stagione

Dott.ssa Elisa Cardilicchia – Biologa Nutrizionista

Nel menù è stata seguita il più possibile la stagionalità della verdura per limitare l'utilizzo di prodotti surgelati quando possibile, le preparazioni sono fresche e vengono effettuate nella stessa giornata dell'utilizzo. Qualora qualche verdura di stagione o altro prodotto riportato in menù non sia disponibile per motivi debitamente motivati la Nutrizionista provvederà a scegliere l'alimento idoneo per una sostituzione.

I prodotti ittici sono surgelati.

V SETTIMANA				
LUNEDÌ	Farro al pesto Pasta al pomodoro	Mozzarella Petto di pollo al limone	Fagiolini all'olio	Crostata con marmellata
MERCOLEDÌ	Ravioli al pomodoro Pasta all'olio	Filetti di halibut olio e limone Prosciutto crudo	Carote julienne	Frutta di stagione
VENERDÌ	Pasta al pesto Risotto al pomodoro	Scaloppina di vitello alla pizzaiola Frittata con zucchine	Spinaci saltati	Frutta di stagione

Dott.ssa Elisa Cardicchia – Biologa Nutrizionista

Nel menù è stata seguita il più possibile la stagionalità della verdura per limitare l'utilizzo di prodotti surgelati quando possibile, le preparazioni sono fresche e vengono effettuate nella stessa giornata dell'utilizzo. Qualora qualche verdura di stagione o altro prodotto riportato in menù non sia disponibile per motivi debitamente motivati la Nutrizionista provvederà a scegliere l'alimento idoneo per una sostituzione.

I prodotti ittici sono surgelati.