

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

<b>I SETTIMANA</b>				
<b>LUNEDÌ</b>	Pasta al ragù vegetale Farro al pesto	Petto di tacchino al forno Mozzarella	Bis di zucchine e carote al vapore	Frutta di stagione
<b>MERCOLEDÌ</b>	Pasta al tonno/pesce Pasta al pesto di zucchine	Bastoncini di pesce impanati al forno Hamburger ai ferri	Cetrioli e pomodori	Frutta di stagione
<b>VENERDÌ</b>	Risotto con pomodoro fresco e basilico Pasta al ragù vegetale	Frittata con zucchine Bocconcini di pollo al latte	Carote julienne	Budino al cioccolato
<b>II SETTIMANA</b>				
<b>LUNEDÌ</b>	Pasta al pomodoro Cous cous estivo	Polpette di merluzzo impanate al forno Ricotta	Fagiolini all'olio	Frutta di stagione
<b>MERCOLEDÌ</b>	Pasta al pesto Pizza rossa	Petto di tacchino al forno Prosciutto crudo	Insalata mista	Frutta di stagione
<b>VENERDÌ</b>	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				
<b>LUNEDÌ</b>	Risotto alla parmigiana Pasta al ragù vegetale	Frittata semplice Hamburger ai ferri	Carote julienne	Frutta di stagione
<b>MERCOLEDÌ</b>	Pasta all'olio Gnocchi al pomodoro	Bocconcini di pollo impanati Polpette di platessa al pomodoro	Spinaci saltati	Frutta di stagione
<b>VENERDÌ</b>	Pasta al tonno/pesce Pasta al pesto di zucchine	Mozzarella Bocconcini di tacchino agli aromi	Fagiolini all'olio	Frutta di stagione
IV SETTIMANA				
<b>LUNEDÌ</b>	Pasta al ragù vegetale Pasta all'olio	Filetti di merluzzo impanati al forno Bresaola olio e limone	Insalata mista	Frutta di stagione
<b>MERCOLEDÌ</b>	Passato di verdure con orzo Pasta al pesto	Polpettine di legumi Ricotta	Pomodori	Yogurt alla frutta
<b>VENERDÌ</b>	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				
<b>LUNEDÌ</b>	Farro al pesto Pasta al pomodoro	Mozzarella Petto di pollo al limone	Fagiolini all'olio	Crostata con marmellata
<b>MERCOLEDÌ</b>	Ravioli al pomodoro Pasta all'olio	Filetti di halibut olio e limone Prosciutto crudo	Carote julienne	Frutta di stagione
<b>VENERDÌ</b>	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.