

COMUNE di CERANO
Scuole dell'infanzia e primaria
MENÙ ESTIVO 2022-23

In vigore dal 15/09/2022 con la 2° settimana



NO CARNE

| | LUNEDI | MARTEDI | MERCOLEDI | GIOVEDI | VENERDI |
|-----------------|--|---|---|---|--|
| 1° SETTIMANA | Pasta al pesto Pesce agli aromi Zucchine gratinate Frutta di stagione Pane M: frutta fresca | Risi e bisi Formaggio fresco Fagiolini trifolati Frutta di stagione Pane integrale M: pane e barretta di cioccolato | Pasta al ragù vegetale Platessa impanata al forno Carote julienne Yogurt alla frutta Pane M: frutta fresca | Pasta agli aromi Formaggio Pomodori in insalata Frutta di stagione Pane M: pane integrale e marmellata | Gnocchi al pomodoro Frittata Insalata verde, mais e olive Frutta di stagione Pane M: frutta fresca |
| 2° SETTIMANA | Pizza Margherita Formaggio ½ porz. Insalata mista Frutta di stagione Pane M: frutta fresca | Pasta al pomodoro e basilico Pesce al limone Fagiolini all'olio evo Frutta di stagione Pane M: pane e barretta di cioccolato | Ravioli di magro alla salvia Frittata con erbette Carote julienne Frutta di stagione Pane integrale M: frutta fresca | Risotto alla parmigiana Caprese Yogurt alla frutta Pane M: frutta fresca | Pasta alle melanzane Tonno al naturale (con olio evo a parte) Zucchine gratinate Frutta di stagione Pane M: pane integrale e marmellata |
| 3° SETTIMANA | Pasta al ragù vegetale Formaggio fresco Pomodori in insalata Frutta di stagione Pane integrale M: frutta fresca | Pasta al pesto Pesce al forno Fagiolini all'olio evo Frutta di stagione Pane M: pane e barretta di cioccolato | Pasta al Parmigiano Reggiano DOP Filetto di merluzzo impanato Insalata verde Frutta di stagione Pane M: frutta fresca | Risotto allo zafferano Formaggio Biete gratinate Frutta di stagione Pane M: pane integrale e marmellata | Pasta al pomodoro Frittata con zucchine Carote julienne Yogurt alla frutta Pane M: frutta fresca |
| 4° SETTIMANA | Pasta al pomodoro e olive nere Formaggio fresco/Asiago DOP Fagiolini al prezzemolo Frutta di stagione Pane M: frutta fresca | Pasta integrale al pomodoro e zucchine fresche Pesce agli aromi Bietta/Erbette all'olio evo Frutta di stagione Pane M: pane e barretta di cioccolato | Risotto alla parmigiana Merluzzo gratinato al forno Carote julienne Frutta di stagione Pane M: frutta fresca | Pizza Margherita Formaggio ½ porz. Insalata mista (verde, mais, olive nere) Frutta di stagione Pane integrale M: pane integrale e marmellata | Pasta alla milanese Polpette di legumi Pomodori in insalata Yogurt alla frutta Pane M: frutta fresca |

^Insalata di riso: mais, pomodori, dadini di formaggio.

Nelle preparazioni e come condimento viene utilizzato olio extravergine d'oliva e sale iodato.