

MENU 'INVERNALE 2019-2020 PER LE SCUOLE ELEMENTARI

PRODOTTO PRESSO IL CENTRO COTTURA DI Castelletto Borgo

DITTA/GESTORE Sodexo Italia

IV settimana

Il menù settimanale dovrà prevedere:

- ✓ L'acqua sempre disponibile
- ✓ **Pane di semola di grano duro a basso contenuto di sale** servito al momento della somministrazione del secondo piatto
- ✓ **Verdure crude** secondo stagionalità servite in apertura del pasto
- ✓ **Verdure cotte** secondo stagionalità servite come contorno
- ✓ **Frutta fresca** specifica per stagione optando per almeno **4 tipologie diverse la settimana**
- ✓ Il Primo scelto tra le proposte di preparazioni in brodo o asciutte (**alternando vari tipi di cereali: farro, orzo, miglio, pasta, riso...**)
- ✓ Il Secondo scelto tra differenti matrici protiche: **A) pollo B) manzo o maiale C) pesce D) uova E) formaggio F) legumi**
- ✓ **Pesce almeno 1 volta a settimana**
- ✓ **Menu senza proteine animali: almeno una volta a settimana**
- ✓ **Il Piatto unico è una proposta alternativa a un menù che prevede primo e secondo**

Utilizzo della colorazione menù

- Sfondo giallo: piatti a base di pollo
- Sfondo rosso: piatti con carne rossa bovina/suina
- Scritte in blu: piatti con pesce.
- **Scritte verdi: piatti con formaggio**
- Sfondo giallo oro: piatti a base d'uova
- Sfondo verde: piatti vegetariani
- Sfondo turchese: piatti vegetariani senza latte e uova

Scritte in rosso: piatti unici inseriti nei singoli riquadri di matrice

* Contrassegnare con questo simbolo le preparazioni che utilizzano prodotti gelo

	I settimana	II settimana	III settimana	IV settimana
Lun.				
Mar.	Gnocchi di patate con sugo pomodoro Cosce pollo al forno Verdura gratinata al forno Insalata mista Frutta	Minestra d'orzo Filetto merluzzo pizzaiola patate al forno Verdure fresche Frutta	Polenta con spezzafino pollo Finocchio al forno Carote crude Frutta	Riso alla milanese Cotoletta pesce Fogliolini al forno Carote crude Frutta
Mer.				
Gio.	Pasta con asparagi Tortino di patate con fontina carote al forno Insalata mista Frutta	Pizza margherita Finocchio agli aromi Insalata mista Frutta	Riso con carciofi frittata con asparagi Carote al tegame Insalata mista Frutta fresca	Lasagne con ragù di carne Finocchio al forno Insalata mista Frutta
Ven.				

Il menù settimanale dovrà prevedere:	V settimana	VI settimana	VII settimana	VIII settimana
<ul style="list-style-type: none"> ✓ L'acqua sempre disponibile ✓ Pane di semola di grano duro a basso contenuto di sale servito al momento della somministrazione del secondo piatto ✓ Verdure crude secondo stagionalità servite in apertura del pasto ✓ Verdure cotte secondo stagionalità servite come contorno ✓ Frutta fresca specifica per stagione optando per almeno 4 tipologie diverse la settimana ✓ Il Primo scelto tra le proposte di preparazioni in brodo o asciutte (alternando vari tipi di cereali: farro, orzo, miglio, pasta, riso...) ✓ Il Secondo scelto tra differenti matrici proteiche: A) pollo B) manzo o maiale C) pesce D)uova E) formaggio F) legumi ✓ Pesce almeno 1 volta a settimana ✓ Menu senza proteine animali: almeno una volta a settimana 	Minestrone di verdure con pastina Filetto merluzzo pizzaiola Finocchio al forno Insalata mista Frutta	Pasta al sugo Pomodoro Cotoletta petto pollo Patate al forno Insalata mista Frutta	Riso alla milanese Petto pollo alla salvia Finocchio gratinato Verdura fresca Frutta	Riso evo Cotoletta pesce Verdure al forno Insalata mista Frutta fresca
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Il Piatto unico è una proposta alternativa a un menù che prevede primo e secondo <p style="text-align: center;">Utilizzo della colorazione menù</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sfondo giallo: piatti a base di pollo • Sfondo rosso: piatti con carne rossa bovina/suina • Scritte in blu: piatti con pesce. • Scritte verdi: piatti con formaggio • Sfondo giallo oro: piatti a base d'uova • Sfondo verde: piatti vegetariani • Sfondo turchese: piatti vegetariani senza latte e uova • Scritte in rosso: piatti unici inseriti nei singoli riquadri di matrice 	Pasta con olio evo Petto pollo alla salvia Fagiolini al vapore Insalata mista Frutta	Pasta di sugo carote cipolla Frittata con asparagi Carote al forno Insalata mista frutta	Lasagne con ragu di carne Carote al tegame* Insalata mista Frutta	Pasta con piselli Fagiolini al forno Insalata mista frutta
<p>* Contrassegnare con questo simbolo le preparazioni che utilizzano prodotti gelo</p>				