

Precisazioni:

Il pane servito è a ridotto contenuto di sale:una volta alla settimana viene proposto integrale.

Olio-Pomodori pelati-Uova-Aceto-Fagiolini-Spinaci-Legumi-Farina gialla-zucchero di canna-minestrone : prodotti derivati da agricoltura biologica.

La frutta, almeno di 3 varietà diverse e scelta secondo principi di rotazione e stagionalità, è somministrata per la primaria, tutti i giorni durante l'intervallo di metà mattina anziché a fine pasto.

Una volta ogni due settimane viene accompagnata alla frutta il budino o il dolce.

Il sale utilizzato è iodato.

Le grammature sono conformi alle indicazioni previste dall'ATS MILANO.

Per approfondimenti si rimanda ai documenti Linee guida per una sana alimentazione e Mangiare sano a scuola scaricabili dal sito <http://www.ats-milano.it/> (al percorso: guida ai servizi- alimentazione/ nutrizione).



	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
SETTIMANA 1	pasta integrale pomodoro e olive (1-7) Bis di formaggi (7) finocchi gratinati Pane (1) Frutta	buffet di verdure cotte o crude e legumi Pizza margherita (1-7) Pane (1) Frutta	riso saltato con curcuma e zucchine (1-7-9) Bocconcini di pollo carote julienne Pane (1) Frutta	Crema di verdure e lenticchie con crostini (1-7-9) tortino di tonno al naturale (1-3-4-7) mix verdure cotte Pane (1) Frutta	Pasta alle erbe aromatiche (1-7) Arrosto di tacchino Insalata verde Pane (1) Frutta
SETTIMANA 2	Pasta al sugo di verdure (1-7-8) Frittata (3-7) Insalata mista Pane (1) Frutta	Pasta integrale al pesto (1-7-9) Mozzarella (7) Mix broccoli Pane (1) Frutta	passato di legumi con orzo (1-7-9) Cosce di pollo (materna petto pollo) Finocchi crudi Pane (1) Frutta	buffet di verdure miste e legumi Polenta (1 -7) polpettone di manzo(137) Pane (1) Frutta	Risotto allo zucca (1-7-9) Cotoletta di pesce al forno (1-3-4) carote julienne Pane (1) Frutta
SETTIMANA 3	buffet di verdure miste e legumi Pizza margherita (1-7) Pane (1) Frutta	Pasta integrale aurora (1-7) arrosto di tacchino (1) insalata verde Pane (1) Frutta	risotto allo zafferano (1- 7-9) crocchetta di legumi carote baby Pane (1) Frutta	Crema di verdura con farro (1-7-9) filete' di merluzzo gratinato al forno (1-3-4) purè Pane (1) Frutta	mix broccoli Lasagne (1-3-7-9) Pane (1) Frutta Frutta
SETTIMANA 4	pasta integrale al pomodoro (1-7) formaggio verdura cruda mista Pane (1) frutta	Pasta al pesto Tortino con ceci (1-3-7) Carote julienne Pane (1) Frutta	Minestra di porri con orzo (1-7-9) arrosto di lonza al forno (1-3) mix verdura cotta Pane (1) Frutta	ravioli di magro olio e salvia (1-3-7) Rolè Frittata (3-7) Finocchi gratinati (7) Pane (1) Frutta	Risotto agli aromi (1-7 -9) filetè con humus di legumi/spinarolo/fettuccine di totano (1-3-4-7) fagiolini Pane (1) Frutta
SETTIMANA 5	Polenta (7) polpettine di manzo in umido (1-3-7) carote in insalata Pane (1) Frutta	Crema aurora(1-7-9) bocconcini di pollo al limone (1) fagiolini all'olio Pane (1) Frutta	Pasta con crema di zafferano tortino di cannellini (1-3-7) insalata verde e rossa Pane (1) Frutta	Pasta integrale all'ortolana (1-7-9) Cotoletta di Pesce marinato (1-3-4) carote cotte Pane (1) Frutta	buffet di verdure cotte o crude e legumi Pizza margherita (1-7) Pane (1) Frutta
SETTIMANA 6	Pasta con zucchine (1-7) fusi di pollo (materna petto di pollo) Finocchi in insalata Pane (1) Frutta	Gnocchi alla pizzaiola (1-7) Frittata al formaggio (3-7) carote crude e mais Pane (1) Frutta	risotto alla parmigiana (1-7) Sformato di verdura (1-3-7) buffet di legumi Pane (1) Frutta	Vellutata di piselli con crostini Arrosto di lonza patate e fagiolini Pane (1) Frutta	Pasta integrale pesto e pomodoro (1-8-7) polpette di salmone zucchine trifolate (7) Pane (1) Frutta