



Tabella dietetica autunno inverno 2023-2024
per scuole dell'Infanzia, Primaria e Secondaria I° grado

FAVISMO

VENERDI'

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	
1° SETT.	Pasta**pomodoro** Asiago DOP Fagiolini Pane comune Mousse di frutta/frutta di stagione	Pasta** al ragu** di manzo uovo strapazzato mezza ratione carote julienne** Pane integrale Frutta di stagione	pasta all'olio Crocchette di vedute/legumi(***) Insalata mista Pane comune di grano duro frutta di stagione	Pastina** integrale con verdure(***) in brodo Pollo gratinato Patate prezzemolate Pane comune frutta di stagione	Riso** con fagioli ** in brodo merluzzo dorato Insalata con finocchi Pane comune frutta di stagione**
2° SETT.	Pasta di grano saraceno pomodoro** Mozzarella** Broccoli** Pane integrale Crostatina o wafer	Pasta** al pesto di zucchine** Bastoncini di pesce non prefritti CAROTE Pane comune Frutta di stagione	Riso all'inglese** Frittata**/uovo strapazzato** Insalata mista Pane comune di grano duro Mousse di Frutta/frutta di stagione	Passato di verdure** (***con crostini Polpette di manzo Patate Pane comune frutta di stagione**	Pasta** con crema di curcuma/zafferano Crocchette di vedute/legumi(***) fagiolini Pane comune Frutta di stagione**
3° SETT.	Passato di verdure(***) con pasta integrale** Uovo strapazzato** carote julienne** Pane comune di grano duro Barretta di cioccolato fondente	Riso** al pomodoro** Crocchette di vedute/legumi(***) Zucchine** Pane comune frutta di stagione**	Pastina** con verdure(***) in brodo Pollo al graten Patate al forno Pane integrale frutta di stagione	Chicche di patate al pomodoro Mozzarella** Fagiolini Pane comune frutta di stagione**	Pasta** al pesto di broccoli** merluzzo dorato Insalata mista(insalata verde e carote**) Pane comune Mousse di frutta/frutta di stagione
4° SETT.	Insalata mista Pizza margherita Pane integrale 1/2 ratione Budino cioccolato o vaniglia	Pasta** con i ceci Caciotta dop mezza ratione fagiolini Pane comune di grano duro Frutta di stagione	Orzo alle verdure in brodo(***) merluzzo dorato Patate Pane comune frutta di stagione	Pasta** al pomodoro** Hamburger di manzo** 99%manzo** Finocchi crudi in insalata Pane integrale Mousse di frutta/frutta di stagione	Riso** alla zucca** Frittata**/uovo strapazzato** Biete erbette** Pane comune Frutta di stagione

NOTA BENE:

1)I prodotti contrassegnati con il simbolo** sono di origine biologica/ Gli altri alimenti seguiranno "criteri CAM" della ristorazione scolastica

2)Frutta fresca di stagione almeno 3 varietà nella settimana

3)La frutta potrebbe variare in base al grado di maturazione

4)Il pane fornito è a filiera corta e Km 0 a ridotto contenuto di sale (1,7% riferito alla farina) e viene somministrato dopo il primo piatto;

5)Unico condimento sarà: olio extra vergine di oliva di produzione biologica e sale iodato

6)Le chicche/gnocchi hanno il 60% di patate

7)Viene utilizzata acqua di rete

8)Il menù potrebbe subire, saltuariamente, delle modifiche

9)grammature in linea con il documento ATS "Mangiar sano a scuola"

IN MAIUSCOLO LE VARIAZIONI DI MENU

I PIATTI CON IL CONTRASSEGNO***SIGNIFICA CHE IL PRODOTTO E' PRIVO DI ASPARAGI, PISELLI E FAVE

LA DIETISTA CHE SVILUPPA LE DIETE GIORNALIERE VERIFICHERA' COMUNQUE PRIMA DI PROCEDERE ALLA LETTURA DELL'ETICHETTE DEI PRODOTTI ED ALLA VERIFICA DELLE RICETTE.

IN VIGORE DAL 26 FEBBRAIO 2024 DALLA PRIMA SETTIMANA

Ogni giorno, un giorno migliore



REDATTO DALLA DIETISTA

