



Città di Lodi Vecchio

Provincia di Lodi

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

FAVISMO

LUNEDI'

MARTEDI'

MERCOLEDI'

GIOVEDI'

VENERDI'

1° SETT.

Pasta**pomodoro**

Asiago DOP

Fagiolini

Pane comune

Mousse di frutta/frutta di stagione

Pasta** al ragu** di manzo

uovo strapazzato mezza razione

carote julienne**

Pane integrale

Frutta di stagione

pasta all'olio

Crocchette di verdure/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 verdure/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 verdure/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 razione

Budino cioccolato o vaniglia

Pasta** con i ceci

Caciotta dop mezza razione

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 VIGORE DAL 26 FEBBRAIO 2024 DALLA PRIMA SETTIMANA

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.

REDATTO DALLA DIETISTA

sodexo

Ogni giorno, un giorno migliore

Giuseppe Lodi