

COMUNE DI FOMBIO – SC. DELL'INFANZIA E SC. PRIMARIA

MENU PRIMAVERA ESTATE 2023-2024

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1 SETTIMANA	Pasta alla norma Frittata con verdure Zucchine al forno Pane comune Frutta fresca	Risotto alla parmigiana Tortino vegetale Pomodori con olio EVO Pane integrale Frutta fresca	Misto di verdure crude Pizza margherita Mozzarella ½ porz. Pane comune Frutta Fresca	Orzo al pomodoro Petto di pollo al limone Fagiolini all'olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta gialla con zucchine Filetto di pesce gratinato Insalata verde Pane comune Frutta fresca
2 SETTIMANA	Pasta al ragù di pesce Tortino di piselli ½ porz. Carote cotte Pane comune Frutta fresca	Risotto agli aromi Frittata al forno Insalata mista con mais Pane integrale Frutta fresca	Crema di carote con crostini Cotoletta di pollo Patate al forno Pane comune Frutta fresca	Farro con pesto rosso Bastoncini di merluzzo n/prefritti Fagiolini Pane comune Frutta fresca	Gnocchi al pomodoro Formaggio fresco Zucchine con olio EVO Pane comune Frutta fresca
3 SETTIMANA	Pasta all'olio Rotolo di frittata Insalata mista Pane comune Frutta fresca	Pomodori in insalata Pizza margherita Mozzarella ½ porzione Pane integrale Frutta fresca	Pasta integrale al pomodoro Arrostò di lonza agli aromi Fagiolini Pane comune Frutta fresca	Pasta al pesto Hamburger di legumi Zucchine con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Risotto con crema di peperoni Filetto di pesce dorato Carote cotte Pane comune Frutta fresca
4 SETTIMANA	Pasta integrale con pomodoro e basilico Formaggio fresco Zucchine gratinate Pane comune Frutta fresca	Risotto giallo Polpette di piselli e carote Pomodori con olio EVO Pane integrale Frutta fresca	Pasta con sugo di verdure Frittata al forno Fagiolini Pane comune Frutta fresca	Misto di verdure crude Lasagna al ragù Pane comune Frutta fresca	Pasta con pesto di zucchine Tonno Pomodori e mais Pane comune Frutta fresca

Le grammature sono in Linea con le Linee Guida dell'ATS territoriale. Il pane somministrato è a ridotto contenuto di sale (1,7% di sale sul totale della farina). Le proposte di frutta fresca sono calendarizzate garantendo almeno 3 tipologie a settimana. In fase di preparazione e condimento viene utilizzato esclusivamente OLIO EVO