

MENU' INVERNALE DELLA SCUOLA DELL'INFANZIA "G. BINI" di VARMO

Secondo le linee guida "ristorazione scolastica" della Regione Friuli Venezia Giulia

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
1° Settimana	Pranzo Pasta integrale al pomodoro Uova strapazzate o sode con olio e limone Verdura di stagione	Antipasto di verdure Lonza di maiale alle mele/al latte con polenta Macedonia di frutta fresca	Crema di ceci con crostini Formaggio Verdura di stagione	Cous cous alle verdure Scaloppine di tacchino alla piastra Verdura di stagione	Risotto alla parmigiana Crocchette di merluzzo Verdura di stagione
2° Settimana	Pranzo Passato di legumi con orzo Fesa di tacchino al forno Verdure di stagione	Antipasto di verdure Gnocchi di patate con ragù di manzo Sorbetto di frutta fresca	Pasta all'olio Frittata di verdure Verdura di stagione	Minestra di verdure Formaggio con polenta Verdure di stagione	Risotto zucca/asparagi Hamburger di trota Verdura di stagione
3° Settimana	Pranzo Gnocchi di zucca/di spinaci al burro Legumi in umido Verdura di stagione	Antipasto di verdure Frico con polenta o pizza Dolce fatto in casa	Crema di carote con quinoa Bocconcini di pollo Purè o patate al forno	Risotto zafferano o finocchi Uova in funghetto Verdure di stagione	Pasta integrale al pesto Sogliola/platessa gratinato Verdure di stagione
4° Settimana	Pranzo Gnocchi di semolino Formaggio fresco e stagionato Verdure di stagione	Crema di porro/verdure con crostini Scaloppina di pollo al limone Verdura di stagione	Pasta alle verdure Frittata semplice Verdura di stagione	Antipasto di verdure Lasagne al ragù Macedonia di frutta fresca	Risotto "primavera" (verdure e legumi) Merluzzo all'olio Verdura di stagione

A pranzo è sempre presente pane comune e 1 volta alla settimana pane integrale.

I condimenti a base di verdure dei primi piatti possono essere: alla zucca, al ragù di verdure, alle zucchine, con crema di cavolfiori, alle erbe rosse...

Per rispondere al gradimento e all'adeguatezza nutrizionale, le ricette possono variare mantenendo l'alimento base (carne bianca, pesce, legumi...) e comunque proposte non più di una volta al mese.

Per problemi organizzativi è possibile spostare intere giornate alimentari all'interno della stessa settimana.

Verrà utilizzato il sale iodato, come raccomandato dal Ministero della Salute.

15 SET. 2021

