

COMUNE DI ESCALAPLANO A.S. 2015/2016

TABELLA DIETETICA SCUOLA DELL'INFANZI, PRIMARIA E SECONDARIA DI PRIMO GRADO PRIMAVERA -ESTATE

	1^ settimana	2^ settimana	3^ settimana	4^ settimana	5^ settimana
Lu Dunedì	<p>fusilli al pomodoro e basilico fresco filetto di merluzzo panato al forno insalata mista</p> <p>pane pesca o uva</p>	<p>passato di verdure con crostini cotoletta di maiale ai ferri patate al forno pane</p> <p>pera</p>	<p>mezze penne alla parmigiana polpettine di manzo al sugo Insalata mista pane pesca</p>	<p>mezze maniche al pomodoro e basilico fresco bastoncini di salmone al forno Insalata mista pane banana</p>	<p>pennette al tonno naturale</p> <p>mozzarella e pomodori pane</p> <p>albicocche o mela</p>
Ma Martedì	<p>minestrone estivo - passato pollo arrosto con patate</p> <p>Pane melone o albicocche</p>	<p>pennette al pomodoro e basilico fresco polpettine di merluzzo pastellato al forno insalata di pomodori e cetrioli pane pesca</p>	<p>gnocchi di patate al pomodoro e basilico fresco</p> <p>bastoncini di merluzzo o salmone al forno</p> <p>insalata verde pane melone o banane</p>	<p>vellutata di verdure miste</p> <p>cotolette alla milanese</p> <p>patate arrosto pane pera o yogurt</p>	<p>risotto alla parmigiana polpettine in bianco, al forno</p> <p>insalata fresca di verdura mista pane</p> <p>macedonia di frutta fresca</p>
Me Mercoledì	<p>risotto alle verdure fettine di vitello ai ferri o alla pizzaiola</p> <p>insalata verde pane melone o pera</p>	<p>risotto alla parmigiana</p> <p>torta di verdure al forno (zucchine-carote e spinaci) insalata fresca di verdura mista pane yogurt o frutta fresca</p>	<p>tortellini al pomodoro</p> <p>uovo in camicia</p> <p>patate lesse</p> <p>pane banana o pera</p>	<p>pipette rigate con olio extra vergine d'oliva e parmigiano</p> <p>omelette alla parmigiana</p> <p>insalata fresca di verdura mista</p> <p>pane albicocche o pera</p>	<p>mezze maniche al pomodoro fresco</p> <p>trancio di tonno o pesce spada ai ferri insalata fresca di verdura mista</p> <p>pane yogurt</p>
Gi Giovedì	<p>pipette rigate con tonno al naturale e olio extra vergine d'oliva mozzarella o prosciutto cotto pomodoro pane banane</p>	<p>conchigliette al pomodoro e basilico fresco</p> <p>formaggio dolce o pecorino semistagionato insalata verde con cetrioli pane albicocche o pera</p>	<p>malloreddus al ragù vegetale</p> <p>prosciutto crudo o cotto insalata di cetrioli e pomodori pane</p> <p>anguria o susine</p>	<p>risotto al pomodoro e basilico fresco</p> <p>fettina di cavallo ai ferri</p> <p>insalata mista pane</p> <p>mela o melone</p>	<p>Pennette al ragù vegetale</p> <p>fettine di vitello alla pizzaiola insalata fresca di verdura mista con carote alla julienne pane melone o pera</p>
Ve Venerdì	<p>pizza margherita prosciutto cotto contorno di verdure miste melone o pera</p>	<p>pastina in brodo vegetale pollo al forno con patate pane macedonia di frutta fresca</p>	<p>risotto alle zucchine fettina di tacchino ai ferri insalata fresca di verdura mista pane mela</p>	<p>fusilli al pomodoro e basilico polpette di merluzzo al forno insalata verde pane macedonia di frutta fresca</p>	<p>minestrone estivo</p> <p>pollo arrosto con patate</p> <p>pane</p> <p>Pesche o pera</p>