

TABELLA DIETETICA PER LA SCUOLA DELL'INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI PRIMO GRADO
AUTUNNO - INVERNO

	1^ settimana	2^ settimana	3^ settimana	4^ settimana	5^ settimana
Lunedì	pennette al ragù merluzzo panato, al forno insalata verde di stagione pane clementine o pera	mezze penne al pomodoro Fettine di vitello in umido insalata verde di stagione Pane banana o cachi mela	risotto alla parmigiana filetto di sogliola con olio e limone Insalata di pomodori pane pesca o mela	pasta olio e parmigiano fettine di cavallo ai ferri insalata fresca di verdura mista pane mela	gnocchi di patate al pomodoro polpette al forno insalata verde con finocchi pane arance o pera
Martedì	malloreddus al ragù omelette alla parmigiana insalata fresca di verdura mista pane melone o mela	pasta al burro e parmigiano pollo al forno con insalata verde e carote a julienne pane banana	mezze maniche al pomodoro trancio di tonno o pesce spada alla griglia insalata fresca di verdura mista pane pera o cachi mela	minestra pasta e fagioli frullata polpette di manzo al sugo insalata di pomodori e finocchi pane kiwi o mandaranci	pipette al burro e parmigiano fettine di vitello ai ferri insalata di patate e fagiolini lessi pane banana
Mercoledì	riso alla parmigiana polpettine di vitello in bianco al forno insalata di verdura mista di stagione pane kiwi	risotto al pomodoro formaggio dolce insalata verde di stagione pane pera	minestra di legumi misti frullato uovo al pomodoro patate lesse e fagiolini pane banana	lasagne al forno prosciutto cotto o crudo insalata verde mista pane pera o pesca	riso al pomodoro uovo in camicia insalata di verdure miste pane clementine
Giovedì	pizza margherita prosciutto cotto contorno di verdure miste yogurt	fusilli al ragù polpette di merluzzo al forno insalata fresca di verdura con pomodori pane clementine o mela	tortellini panna e prosciutto fettine di maiale ai ferri insalata di verdure miste pane arance o pera	conchigliette al burro e parmigiano frittata di verdure insalata verde di stagione pane banana o cachi mela	mezze penne al ragù trancio di salmone o pesce spada alla griglia insalata verde con finocchi pane yogurt
Venerdì	passato di verdure miste con legumi trancio di tonno o platessa ai ferri insalata di patate e carote pane mela	pastina in brodo di carne spezzatino di vitello con patate pane macedonia di frutta fresca	mezze penne alla parmigiana fettina di tacchino alla milanese insalata di finocchi pane arance o mela	pennette al pomodoro scaloppine di pollo o tacchino al limone con patate al forno pane clementine o mela	pastina in brodo di carne pollo al forno con patate pane macedonia di frutta fresca