

II SETTIMANA

comune

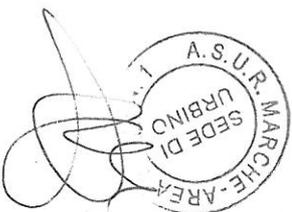
APECCHIO

mense scuole: infanzia - primaria Serravalle del Carda e Apecchio
(revisione gennaio 2021)

Pranzo

Lunedì	- Pasta al pomodoro - Scaloppine di pollo (es: scaloppine latte e limone) - Verdura cotta di stagione - Pane - Frutta fresca di stagione
Martedì	- Pasta con sugo di fagioli o Conchigliette con sugo di lenticchie - Polpettine di verdura - Verdura cruda di stagione - Pane - Frutta fresca di stagione
Mercoledì	- Pasta con verdure (es: pasta con salsa di spinaci e ricotta - pasta bietola spinaci e ricotta - pasta al cavolfiore - pasta con ricotta e zucchine) - Frittata (es: frittata al forno con verdure) - Verdura cruda di stagione - Pane - Frutta fresca di stagione
Giovedì	- Passato di verdure con orzo - Formaggio* - Verdure gratinate* (es: spinaci al gratin - cavolfiore ripassato al forno con pangrattato e rosmarino - teglia di zucchini e pomodori) - Pizza bianca - Frutta fresca di stagione
Venerdì	- Risotto con verdure (es: risotto all'ortolana - risotto primavera - risotto con carciofi - risotto con zucca gialla) - Pesce (es: pesce gratinato al forno - sogliola alla fiorentina - filetto di persico al vapore - merluzzo al limone - filetti di sogliola al cartoccio) - Verdura cruda di stagione - Pane - Frutta fresca di stagione

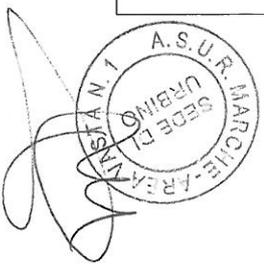
* in alternativa: Tortino di melanzane e mozzarella



III SETTIMANA comune APECCHIO

mense scuole: infanzia - primaria Serravalle del Carda e Apecchio
(revisione gennaio 2021)

Pranzo	
Lunedì	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta al pomodoro - Omelette (es: omelette agli spinaci – omelette alle verdure) - Verdura cruda di stagione - Pane - Frutta fresca di stagione
Martedì	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta e patate - Pesce (es: filetti di sogliola dorati – rosette di merluzzo al forno) - Verdura cotta di stagione - Pane - Frutta fresca di stagione
Mercoledì	<ul style="list-style-type: none"> - Risotto con verdure - (es: risotto alla crema di spinaci - risotto alla crema di asparagi – risotto con radicchio – risotto alla lattuga - risotto con cavolfiore) - Polpettine (o polpettone) di carne - Verdura cruda di stagione - Pane - Frutta fresca di stagione
Giovedì	<ul style="list-style-type: none"> - Passato di legumi con pasta o farro (es: zuppa di farro con borlotti – vellutata di patate e ceci, minestrina toscana, minestra di lenticchie, minestra di ceci - pasta e fagioli – pasta e lenticchie) - Stracchino o Ricotta - Verdura cotta di stagione - Piadina - Frutta fresca di stagione
Venerdì	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta con verdure - (es: pasta con rucola e pomodorini - pasta con pomodorini ciliegini e ricotta – pasta con zucca gialla – pasta al cavolfiore) - Pesce - (es: pesce al forno con pomodoro - spezzatino di palombo - filetti di merluzzo o palombo al forno con pomodorini) - Verdura cotta di stagione - Pane - Frutta fresca di stagione



IV SETTIMANA comune APECCHIO

mense scuole: infanzia - primaria Serravalle del Carda e Apecchio
(revisione gennaio 2021)

Pranzo

Lunedì	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta con sugo vegetale (es.: pasta alla siciliana - pasta all'ortolana - orecchiette con broccoletti) - Cotoletta di vitellone cotta al forno (o: straccetti in padella con pomodorini - arrosto di vitellone al forno - scaloppina) - Verdura cruda di stagione - Pane - Frutta fresca di stagione
Martedì	<ul style="list-style-type: none"> - Maccheroncini ai formaggi - Piselli con prosciutto cotto - Pane - Frutta fresca di stagione
Mercoledì	<ul style="list-style-type: none"> - Risotto al pomodoro - Frittata - Verdura cruda di stagione - Pane - Frutta fresca di stagione
Giovedì	<ul style="list-style-type: none"> - Minestrone con pastina o miglio - Pollo* (es.: cosce di pollo disossato al forno - fesa di tacchino ripiena al forno) - Patate arrosto - Pane - Frutta fresca di stagione
Venerdì	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta con verdure (es.: pasta con verdura - pasta alla crema di zucchine e porri - pasta con crema di porri) - Pesce (es.: nasello in tortiera - polpettone di pesce e verdure - sfornato di platessa e verdure) - Verdura cruda di stagione - Pane - Frutta fresca di stagione

* in alternativa : Coniglio disossato arrosto



V SETTIMANA comune APECCHIO

mense scuole: infanzia - primaria Serravalle del Carda e Apecchio
(revisione gennaio 2021)

		Pranzo	
Lunedì	<ul style="list-style-type: none"> - Farfalline piselli e zucchine - Prosciutto cotto - Verdura cotta di stagione - Pane - Frutta fresca di stagione 		
Martedì	<ul style="list-style-type: none"> - Risotto con verdure (es: <u>risotto con carote</u> - <u>risotto con bietole</u> - <u>risotto con zucchine</u>) - Pesce (es: <u>crochette di pesce</u> - <u>crochette di pesce con spinaci</u> - <u>hamburger di pesce</u> - <u>polpette di pesce</u>) - Verdura cruda di stagione - Pane - Frutta fresca di stagione 		
Mercoledì	<ul style="list-style-type: none"> - Lasagne al ragù di carne - Verdura cruda di stagione - Pane - Frutta fresca di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> - Lasagne con sugo di verdure - Ricotta - Verdura cruda di stagione - Pane - Frutta fresca di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> - Tagliatelle al ragù di carne - Verdura cruda di stagione - Pane - Frutta fresca di stagione
Giovedì	<ul style="list-style-type: none"> - Crema di verdure con pastina o con crostini di pane o con riso (es: <u>crema di carote</u> - <u>crema di zucchine</u> - <u>minestra verde</u> - <u>crema di zucca con orzo o riso</u> - <u>vellutata di zucchine</u> - <u>crema di verdure con pastina</u>) - Fettina in pizzaiola (o pasticciata) * - Purè di patate * - Pane - Frutta fresca di stagione 		
Venerdì	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta al pomodoro - Pesce (es: <u>sogliole nido di rondine</u> - <u>merluzzo alla marinara</u> - <u>merluzzo al piatto</u> - <u>merluzzo ai porri e latte</u>) - Verdura cotta di stagione - Pane - Frutta fresca di stagione 		

* *in alternativa: Spezzatino con patate*

