

MENU SCUOLE COMUNE DI COLLAZZONE

Menù invernale

GIORNI		1° SETTIMANA	2° SETTIMANA	3° SETTIMANA	4° SETTIMANA
LUNEDI					
COLAZIONE		FRUTTA A PEZZI	TORCOLO	FRUTTA A PEZZI	TORCOLO
		PASTA CON BROCCOLI O CAVOLFIORE	RISOTTO ALLO ZAFFERANO	RISO CON PISELLI AL POMODORO	PASTA AL POMODORO
		POLPETTONE DI VITELLONE	SCALOPINE DI VITELLONE	STRACCHINO O MOZZARELLA	FRITTATA AL FORNO CON VERDURE DI STAGIONE
		INSALATA MISTA	VERDURA COTTA	INSALATA MISTA	CAVOLO IN PADELLA
		PANE	PANE	PANE	PANE
		FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE
MARTEDI					
COLAZIONE		TORCOLO	FRUTTA A PEZZI	TORCOLO	FRUTTA A PEZZI
		ZUPPA DI FAGIOLI	SPAGHETTI AL POMODORO	PASTA CON CREMA DI ZUCCA	MINESTRONE CON PASTA
		FORMAGGIO FRESCO	COTOLETTA DI TACCHINO	SPEZZATINO DI VITELLONE	PETTO DI TACCHINO ALLE ERBE AROMATICHE
		SPINACI	VERDURE GRATINATE	VERDURA COTTA	PISELLI SALTATI
		PANE	PANE	PANE	PANE
		FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE
MERCOLEDI					
COLAZIONE		PANE E OLIO EVO O POMODORO	FETTE BISCOTTATE CON MIELE O MARMELLATA	FETTE BISCOTTATE O PANE CON MIELE O MARMELLATA	FETTE BISCOTTATE CON MIELE O MARMELLATA
		PATATE AL FORNO/LESSO O PURE	ZUPPA DI LENTICCHIE	MINESTRA DI CECI CON POMODORO	RISOTTO CON CREMA DI ZUCCA
		POLLO ARROSTO	FORMAGGIO FRESCO	FRITTATA O UOVA STRAPAZZATE	ARISTA AL LATTE
		INSALATA VERDE	VERDURA COTTA	INSALATA MISTA	VERDURA COTTA
		PANE	PANE	PANE	PANE
		FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE
GIOVEDI					
COLAZIONE		PIZZA BIANCA O ROSSA	PANE E OLIO EVO O POMODORO	PIZZA BIANCA O ROSSA	PANE E OLIO EVO O POMODORO
		RISO AL POMODORO	PASTA AL RAGU' BIANCO DI VERDURE	PATATE AL FORNO/LESSO O PURE	TAGLIATELLE AL RAGU'
		FRITTATA AL FORMAGGIO	COSCE/PELLO DI POLLO ARROSTO	SCALOPINE DI MAIALE	STRACCHINO O MOZZARELLA
		FINOCCHI CRUDI	INSALATA MISTA	VERDURA COTTA	INSALATA VERDE
		PANE	PANE	PANE	PANE
		FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE
VENERDI					
COLAZIONE		FETTE BISCOTTATE CON MIELE O MARMELLATA	PIZZA BIANCA O ROSSA	PANE E OLIO EVO O POMODORO	PIZZA BIANCA O ROSSA
		PASTA AL PESTO	GNOCCHI AL POMODORO	PASTA OLIO E PARMIGIANO	PASTA OLIO E PARMIGIANO
		POLPETTINE DI PESCE O PESCE GRATINATO	PLATESSA AL FORNO	PESCE AL POMODORO	POLPETTINE DI PESCE O PESCE GRATINATO
		CAROTE LESSE	VERDURA COTTA	FINOCCHI GRATINATI O LESSATI	CAROTE JULIENNE
		PANE	PANE	PANE	PANE
		FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE

Redatto dal servizio dietitico Gemos: Dietisti Giuseppe Raso, Viola Pierini, Nutrizionista Margherita Cirilli