In vigore dal 25 ottobre 2021 con la 1° settimana

COMUNE DI OMEGNA

Scuole dell'Infanzia
Scuole Primarie

Menù autunno - inverno A.S. 2021/2022

	1^ settimana	2^ settimana	3^settimana	4^ settimana
Lunedì	Crema di legumi (per materna)/ Verdure con legumi all'olio (per primaria) Pizza pomodoro e mozzarella ½ porz. Formaggio (*)	Gnocchetti sardi (per materna) Gnocchi di patate al pomodoro (per primaria) Scaloppine di maiale al limone/Arista arrosto Cavolfiori gratinati/in insalata	Pasta al pomodoro Frittata al prosciutto/uova strapazzate Insalata mista	Pasta integrale alle verdure/al pomodoro Frittata con mozzarella Insalata mista
Martedì	Risotto alla zucca/verdure/zafferano Cosce di pollo al forno Fagiolini all'olio	Pasta con crema di cannellini e pesto Frittata/tortino Insalata mista	Risotto allo zafferano Petto di pollo impanato (al forno) Finocchi all'olio/in insalata	Gnocchetti sardi (per materna) Gnocchi di patate al pomodoro (per primaria) Scaloppina di tacchino oppure Polpette di legumi Broccoli e carote all'olio/al forno
Mercoledì	Ravioli di magro burro e salvia Polpette di legumi con formaggio Carote all'olio	Riso olio/burro e parmigiano Pesce (^) impanato Insalata finocchi e carote/all'olio	Polenta Brasato/Macinata di bovino adulto Carote all'olio	Lasagne con ragù di carne ½ porz. formaggio (*) Spinaci/Erbette all'olio
Giovedì	Passato di verdura con orzo Bovino adulto arrosto Patate al forno/all'olio	Pasta integrale al ragù di bovino Formaggio (*) Spinaci/erbette all'olio	Crema di legumi (per materna)/ Verdure con legumi all'olio (per primaria) Pizza pomodoro e mozzarella ½ porz. Formaggio (*)	Risotto alla parmigiana Bovino adulto arrosto Finocchi in insalata/all'olio
Venerdì	Pasta integrale pomodoro e pesto Pesce (^) impanato Insalata mista	Passato di verdura con orzo/farro Bocconcini di tacchino Purè/Patate prezzemolate	Pasta olio/burro e parmigiano Pesce (^) al forno Fagiolini in insalata/all'olio	Passato di legumi con orzo/riso Pesce (^) gratinato al forno Patate e verdure in insalata/all'olio

Il pranzo viene completato con **pane comune/integrale** e **frutta fresca di stagione** (è consigliabile anticipare quest'ultima nello spuntino di metà mattina). 1 volta/settimana, preferibilmente in presenza di piatto unico o di primo piatto semplice, la frutta può essere sostituita con Yogurt o con un Dolce semplice tipo: budino, torta margherita, allo yogurt, crostata di frutta o marmellata, ecc.

In questa mensa viene servita acqua potabile trattata naturale.
Per le preparazioni e i condimenti viene usato olio extravergine d'oliva.

- 6 SET. 2021

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
DIETISTA Dott.ssa Barbara SPADACINI

Si raccomanda:

- ✓ la diminuzione dell'utilizzo di sale nella preparazione dei pasti
- ✓ l'utilizzo esclusivo di sale iodato

COMUNE DI OMEGNA - Prot 0023248 del 09/09/2021 Tit VII Cl 1 Fasc
COMUNE DI OMEGNA - Prot 0023258 del 09/09/2021 Tit 9 Cl 12 Fasc