



Menù Estivo

A.S.2019/2020

	1° Settimana	2° Settimana	3° Settimana	4° Settimana
Lunedì	Ravioli al pomodoro Prosciutto cotto Insalata mista Frutta	Pasta primavera Tortino di patate Carote julienne/Bastoncini di carote Frutta	Pasta all'olio Formaggio Pomodori in insalata/Piselli stufati Frutta	Pasta alla pizzaiola Pesce al forno Zucchine trifolate Banana
Martedì	Pasta con zucchine Pesce panato Carote filangé/al forno Frutta	Orzo/Riso al pomodoro Pollo arrosto Insalata Frutta	Pasta al pesto Pesce alla mugnaia Fagiolini al pomodoro Frutta	Riso primavera/alle verdure Arista Pomodori in insalata/Insalata mista Frutta
Mercoledì	Insalata di farro con pesto e pomodori Hamburger ai ferri Fagiolini al vapore Frutta	Lasagne estive Formaggio Pomodori e cetrioli in insalata/Biete al vapore Banana	Pasta rosé Uovo sodo Insalata mista Frutta	Pasta al burro Bocconcini di tacchino panati Verdure miste al vapore Frutta
Giovedì	Bastoncini di verdura Pizza margherita Insalata con mais Banana	Pasta con pomodoro e olive Straccetti di maiale Zucchine al forno Frutta	Riso con zucchine Pepite di pollo al limone Verdure miste al forno Frutta	Orzo con crema di piselli/legumi Polpettine di pane con salsa al pomodoro Carote julienne/Bastoncini di carote Crostatina
Venerdì	Riso all'olio/Piadina Crocchette di legumi con salsa al pomodoro Pomodori in insalata/Spinaci saltati Frutta	Pasta e ceci Pesce saporito Verdure miste al vapore Crostatina	Insalata colorata Pizza marinara Prosciutto cotto Banana	Gnocchi al pomodoro Formaggio Fagiolini al vapore Frutta

Media principi nutritivi	Kcal 719	Kcal 765	Kcal. 723	Kcal. 748
	Protidi 25,5	Protidi 28,6	Protidi 27,9	Protidi 28,1
	Lipidi 21,9	Lipidi 25,8	Lipidi 20,4	Lipidi 22,8
	Glicidi 111	Glicidi 111,1	Glicidi 112,8	Glicidi 105,5