

Menù Mensa scolastica, Autunnale, Invernale, Primaverile

Menù Mensa scolastica senza glutine, Autunnale, Invernale, Primaverile

Scuola dell'Infanzia, Scuola Primaria, Scuola Secondaria di Primo Grado

**Scuola Paritaria La Salle
Via Gen Perotti, 94 10095 Grugliasco (TO)
P.IVA 02113801001
CF 80019090580**

Menù Autunnale				
	Prima settimana	Seconda settimana	Terza settimana	Quarta settimana
Lunedì	Riso alle erbe aromatiche Crocchette di nasello al forno Zucchine all'olio Frutta di stagione e pane	Minestra di verdure con pasta stracchino Patate al forno Frutta di stagione e pane	Tortellini al pomodoro Arrosto di tacchino Carote al forno Frutta di stagione e pane	Pasta alle verdure Crocchette di pollo al forno Spinaci saltati Frutta di stagione e pane
Martedì	Crema di legumi con crostini Cotoletta alla valdostana Insalata verde Frutta di stagione e pane	Pasta al pesto di zucchine Frittata di verdure cotta al forno Piselli in umido Frutta di stagione e pane	Pasta con ricotta Petto di pollo alla pizzaiola Insalata verde Frutta di stagione e pane	Pasta ricotta e prosciutto Frittata di verdure al forno Piselli saltati Frutta di stagione e pane
Mercoledì	Pasta al pesto Fesa di tacchino al latte Carote alla parmigiana Frutta di stagione e pane	Riso alla zucca Manzo stufato olio e limone Spinaci al vapore Frutta di stagione e pane	Minestra di riso con patate Polpette di vitello Macedonia di verdure Frutta di stagione e pane	Minestra di riso con verdure di stagione Primo sale Patate al forno Frutta di stagione e pane
Giovedì	Pasta pomodoro, piselli, carote e zucchine Ricotta Erbette saltate Frutta di stagione e pane	Pasta al pomodoro Petto di pollo ai ferri Carote saltate Frutta di stagione e pane	Pasta con cavolfiori Crocchette di merluzzo al forno Finocchi in insalata Frutta di stagione e pane	Pasta al pesto Lonza al forno Insalata mista Frutta di stagione e pane
Venerdì	Pasta al pomodoro Frittata con spinaci Piselli saltati Frutta di stagione e pane	Pasta al forno gratinata Platessa alla mugnaia Carote saltate Frutta di stagione e pane	Pasta alla pizzaiola Tortino di formaggio e patate Piselli all'olio Frutta di stagione e pane	Pasta pomodoro e basilico Platessa dorata Carote all'olio Frutta di stagione e pane

Menù Invernale				
	Prima settimana	Seconda settimana	Terza settimana	Quarta settimana
Lunedì	Pasta al pesto di broccoli Prosciutto cotto Spinaci al parmigiano Frutta di stagione e pane	Passato di verdure con pasta Fesa di tacchino al latte Purè di patate Frutta di stagione e pane	Pasta con ricotta Petto di pollo ai ferri Insalata di finocchi Frutta di stagione e pane	Pasta al ragù Mozzarella Spinaci saltati Frutta di stagione e pane
Martedì	Pasta con ricotta Rolata di pollo al forno Cavolfiori dorati Frutta di stagione e pane	Pasta al pesto Platessa olio e limone Insalata mista Frutta di stagione e pane	Pasta pomodoro e basilico Stracchino Carote al forno Frutta di stagione e pane	Riso alle erbe aromatiche Milanesi di pollo Insalata verde Frutta di stagione e pane
Mercoledì	Minestra di riso con patate Frittata di verdure al forno Piselli all'olio Frutta di stagione e pane	Riso alla zucca Hamburger di bovino Spinaci all'olio Frutta di stagione e pane	Riso alle erbe aromatiche Lonza al forno Erbette saltate Frutta di stagione e pane	Pasta al pomodoro Prosciutto di tacchino Carote all'olio Frutta di stagione e pane
Giovedì	Pasta Pomodoro, piselli, sedano e carote Primo sale finocchi all'olio Frutta di stagione e pane	Gnocchi al ragù di verdure Farinata di ceci con verdure Insalata verde Frutta di stagione e pane	Lasagne alla bolognese Insalata mista Frutta di stagione e pane	Crema di legumi con crostini Arrosto di vitello Patate al forno Frutta di stagione e pane
Venerdì	Pasta pomodoro e basilico Crocchette di nasello al forno broccoli saltati Frutta di stagione e pane	Pasta al pomodoro Ricotta Carote saltate Frutta di stagione e pane	Passato di verdure con pasta Merluzzo dorato al forno Patate al forno Frutta di stagione e pane	Pasta pomodoro ricotta e pesto Passera alla mugnaia Broccoli all'olio Frutta di stagione e pane

Menù Primaveraile				
	Prima settimana	Seconda settimana	Terza settimana	Quarta settimana
Lunedì	Pasta al pesto Milanesi di pollo Insalata mista Frutta di stagione e pane	Riso alla parmigiana Primo Sale Insalata di pomodori Frutta di stagione e pane	Crema di legumi con crostini Stracchino Carote saltate Frutta di stagione e pane	Pasta al ragù Mozzarella Insalata di pomodori Frutta di stagione e pane
Martedì	Pasta al pomodoro Merluzzo dorato cotto al forno Insalata di pomodori Frutta di stagione e pane	Pasta al pesto di zucchine Bocconcini di vitello in umido Spinaci al vapore Frutta di stagione e pane	Pasta con ricotta Crocchette di merluzzo al forno Spinaci all'olio Frutta di stagione e pane	Riso e piselli Cotoletta alla valdostana Zucchine all'olio Frutta di stagione e pane
Mercoledì	Minestra di riso con verdure di stagione Scaloppine di vitello al limone Patate al forno Frutta di stagione e pane	Pasta al ragù di verdure Bastoncini di pollo dorati al forno Insalata di carote Frutta di stagione e pane	Riso con pomodoro, piselli sedano e carote Petto di pollo ai ferri Insalata di pomodori Frutta di stagione e pane	Pasta al pomodoro Prosciutto di tacchino Insalata verde Frutta di stagione e pane
Giovedì	Pasta alle verdure Ricotta Insalata di fagiolini Frutta di stagione e pane	Passato di verdure con pasta Platessa dorata al forno Patate al forno Frutta di stagione e pane	Lasagne alla bolognese insalata mista Frutta di stagione e pane	Passato di verdure con pasta Polpette di bovino Patate al forno Frutta di stagione e pane
Venerdì	Pasta pomodoro e olive Frittata con spinaci Piselli saltati Frutta di stagione e pane	Pasta al forno gratinata Frittata di zucchine Piselli all'olio Frutta di stagione e pane	Pasta pomodoro e basilico Frittata alle erbe Insalata di fagiolini Frutta di stagione e pane	Pasta al pomodoro fresco Crocchette di nasello al forno Carote all'olio Frutta di stagione e pane

Menù Autunnale senza glutine				
	Prima settimana	Seconda settimana	Terza settimana	Quarta settimana
Lunedì	Riso alle erbe aromatiche crochette di nasello al forno s.g. Zucchine all'olio Frutta di stagione e pane s.g.	Minestra di verdure con riso stracchino Patate al forno Frutta di stagione e pane s.g.	Tortellini al pomodoro s.g. Arrostato di tacchino Carote al forno Frutta di stagione e pane s.g.	Pasta s.g. alle verdure Crocchette di pollo s.g. al forno Spinaci saltati Frutta di stagione e pane s.g.
Martedì	Crema di legumi con crostini s.g. Milanese di pollo s.g. Insalata verde Frutta di stagione e pane s.g.	Pasta s.g. al pesto di zucchine Frittata di verdure cotta al forno Piselli in umido Frutta di stagione e pane s.g.	Pasta s.g. con ricotta Petto di pollo alla pizzaiola Insalata verde Frutta di stagione e pane s.g.	Pasta s.g. ricotta e prosciutto Fritta di verdure al forno Piselli saltati Frutta di stagione e pane s.g.
Mercoledì	Pasta s.g. al pesto Fesa di tacchino al latte Carote alla parmigiana Frutta di stagione e pane s.g.	Riso alla zucca Manzo stufato olio e limone Spinaci al vapore Frutta di stagione e pane s.g.	Minestra di riso con patate Polpette di vitello s.g. Macedonia di verdure Frutta di stagione e pane s.g.	Passato di verd. con riso s.g. Primo sale Patate al forno Frutta di stagione e pane s.g.
Giovedì	Pasta s.g. pomodoro, piselli, carote, zucchine Ricotta Erbette saltate Frutta di stagione e pane s.g.	Pasta s.g. al pomodoro Petto di pollo ai ferri Carote saltate Frutta di stagione e pane	Pasta s.g. con cavolfiori Crocchette di merluzzo s.g. al forno Finocchi in insalata Frutta di stagione e pane s.g.	Pasta s.g. al pesto Lonza al forno Insalata mista Frutta di stagione e pane s.g.
Venerdì	Pasta s.g. al pomodoro Frittata con spinaci Piselli saltati Frutta di stagione e pane s.g.	Pasta s.g. gratinata al forno Platessa alla mugnaia s.g. Carote saltate Frutta di stagione e pane s.g.	Pasta s.g. alla pizzaiola Tortino di formaggio e patate Piselli all'olio Frutta di stagione e pane s.g.	Pasta s.g. pomodoro e basilico Platessa dorata s.g. Carote all'olio Frutta di stagione e pane s.g.

Menù Invernale senza glutine				
	Prima settimana	Seconda settimana	Terza settimana	Quarta settimana
Lunedì	Pasta s.g. al pesto di broccoli Prosciutto cotto Spinaci al parmigiano Frutta di stagione e pane s.g.	Passato di verdure con riso Fesa di tacchino al latte Purè di patate Frutta di stagione e pane s.g.	Pasta s.g. con ricotta Petto di pollo ai ferri Insalata di finocchi Frutta di stagione e pane s.g.	Pasta s.g. al ragù Mozzarella Spinaci saltati Frutta di stagione e pane s.g.
Martedì	Pasta s.g. con ricotta Rolata di pollo al forno Cavolfiori dorati s.g. Frutta di stagione e pane s.g.	Pasta s.g. al pesto Platessa olio e limone Insalata mista Frutta di stagione e pane s.g.	Pasta s.g. con verdure Stracchino Carote al forno Frutta di stagione e pane s.g.	Riso alle erbe aromatiche Milanesi di pollo s.g. Insalata verde Frutta di stagione e pane s.g.
Mercoledì	Minestra di riso con patate Frittata di verdure al forno Piselli all'olio Frutta di stagione e pane s.g.	Riso alla zucca Hamburger di bovino Spinaci all'olio Frutta di stagione e pane s.g.	Riso alle erbe aromatiche Lonza al forno Erbette saltate Frutta di stagione e pane s.g.	Pasta s.g. al pomodoro Prosciutto di tacchino Carote all'olio Frutta di stagione e pane s.g.
Giovedì	Pasta s.g. pomodoro, piselli, carote, sedano Primo sale Finocchi all'olio Frutta di stagione e pane s.g.	Gnocchi s.g. al ragù di verdure Farinata di ceci con verdure Insalata verde Frutta di stagione e pane	Lasagne alla bolognese s.g. insalata mista Frutta di stagione e pane	Crema di legumi con crostini s.g. Arrosto di vitello Patate al forno Frutta di stagione e pane s.g.
Venerdì	Pasta pomodoro e basilico crochette di nasello al forno s.g. Broccoli saltati Frutta di stagione e pane s.g.	Pasta s.g. al pomodoro Ricotta Carote saltate Frutta di stagione e pane s.g.	Passato di verdure con pasta Merluzzo dorato al forno s.g. Patate al forno Frutta di stagione e pane s.g.	Pasta s.g. pomodoro, ricotta e pesto Passera alla mugnaia s.g. Broccoli all'olio Frutta di stagione e pane s.g.

Menù Primavera senza glutine				
	Prima settimana	Seconda settimana	Terza settimana	Quarta settimana
Lunedì	Pasta s.g. al pesto Milanesi di pollo s.g. Insalata mista Frutta di stagione e pane s.g.	Riso alla Parmigiana Primo sale Insalata di pomodori Frutta di stagione e pane s.g.	Crema di legumi con crostini s.g. Stracchino Carote saltate Frutta di stagione e pane s.g.	Pasta s.g. al ragù Mozzarella Insalata di pomodori Frutta di stagione e pane s.g.
Martedì	Pasta s.g. al pomodoro Merluzzo dorato s.g. al forno Insalata di pomodori Frutta di stagione e pane s.g.	Pasta s.g. al pesto di zucchine Bocconcini di vitello in umido Spinaci al vapore Frutta di stagione e pane s.g.	Pasta s.g. con ricotta Crocchette di merluzzo s.g. al forno Spinaci all'olio Frutta di stagione e pane s.g.	Riso e piselli Cotoletta alla valdostana s.g. Zucchine all'olio Frutta di stagione e pane s.g.
Mercoledì	Minestra di riso con verdure di stagione Scaloppine di vitello al limone s.g. Patate al forno Frutta di stagione e pane s.g.	Pasta s.g. con ragù di verdure Bastoncini di pollo dorati s.g. al forno Insalata di carote Frutta di stagione e pane s.g.	Riso con pomodoro, piselli sedano e carote Petto di pollo ai ferri Insalata di pomodori Frutta di stagione e pane s.g.	Pasta s.g. al pomodoro Prosciutto di tacchino Insalata verde Frutta di stagione e pane s.g.
Giovedì	Pizza margherita s.g. Insalata di fagiolini Frutta di stagione e pane s.g.	Passato di verdure con riso Platessa dorata al forno s.g. Patate al forno Frutta di stagione e pane s.g.	Lasagne alla bolognese s.g. insalata mista Frutta di stagione e pane	Passato di verdure con pasta s.g. Polpette di bovino s.g. Patate all'olio Frutta di stagione e pane s.g.
Venerdì	Pasta s.g. pomodoro e olive Frittata con spinaci Piselli saltati Frutta di stagione e pane s.g.	Pasta al forno gratinata s.g. Frittata di zucchine Piselli all'olio Frutta di stagione e pane s.g.	Pasta pomodoro e basilico Frittata alle erbe Insalata di fagiolini Frutta di stagione e pane s.g.	Pasta s.g. al pomodoro fresco Crocchette di nasello s.g. al forno Carote all'olio Frutta di stagione e pane s.g.

DESCRIZIONE DEI PIATTI

Menù autunnale, invernale e primaverile

PRIMI PIATTI

	<i>INGREDIENTI</i>	<i>Grammature per la scuola dell'infanzia</i>	<i>Grammature per la scuola primaria</i>	<i>Grammature per la scuola secondaria di primo grado</i>
Riso o Pasta/ pasta s.g. al pomodoro				
	Riso / pasta / pasta s.g.	50	60	80
	Pomodori	40	60	65
	Parmigiano	7	10	10
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Aromi e sale	<u>q.b.</u>	q.b.	q.b.
Pasta/ pasta s.g. pomodoro e basilico				
	Riso / pasta / pasta s.g.	50	60	80
	Pomodori	40	60	65
	Parmigiano	7	10	10
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Basilico e sale	<u>q.b.</u>	q.b.	q.b.

Tortellini / tortellini s.g. di carne al pomodoro				
	Tortellini / torellini s.g.	50	60	80
	Pomodori	40	60	65
	Parmigiano	7	10	10
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Aromi e sale	<u>q.b.</u>	q.b.	q.b.
Pasta/ pasta s.g. o riso pomodoro piselli, carote e zucchine				
	Riso / pasta / pasta s.g.	50	60	80
	Pomodori	40	60	65
	Piselli	10	20	30
	Carote, zucchine	10	20	30
	Parmigiano	7	10	10
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Aromi e sale	<u>q.b.</u>	q.b.	q.b.
Pasta/ pasta s.g. ai broccoli /al pesto di broccoli				
	Pasta / Pasta senza glutine	50	60	80
	Broccoli	30	40	50
	Parmigiano	7	10	10
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.

Pasta/ pasta s.g. o riso alle zucchine / al pesto di zucchine				
	Pasta / Pasta senza glutine	50	60	80
	Zucchine	30	40	50
	Parmigiano	7	10	10
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Basilico aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Riso alla parmigiana				
	Riso	50	60	80
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Parmigiano	7	10	10
	aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Riso e piselli				
	Riso	50	60	80
	Piselli	30	40	50
	Carote, cipolle e sedano	10	20	20
	Parmigiano	7	10	10
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5

Riso alla zucca				
	Riso	50	60	80
	Latte p.s.	10	15	20
	Zucca	30	40	50
	Parmigiano	7	10	10
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
Pasta/pasta s.g. al pesto				
	Pasta / Pasta senza glutine	50	60	80
	Pesto	10	15	20
	Parmigiano	7	10	10
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Origano e sale	<u>q.b.</u>	q.b.	q.b.
Pasta/pasta s.g. al ragù di verdure				
	Pasta / Pasta senza glutine	50	60	80
	Carote, cipolle, zucchine e sedano	20	40	60
	Parmigiano	7	10	10
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Origano e sale	<u>q.b.</u>	q.b.	q.b.

Gnocchi di patate / gnocchi di patate s.g. al ragù di verdure				
	gnocchi di patate / gnocchi di patate s.g.	50	60	80
	Carote, cipolle, zucchine e sedano	20	40	60
	Parmigiano	7	10	10
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Origano e sale	<u>q.b.</u>	q.b.	q.b.
Pasta/ pasta s.g. o riso con pomodoro, piselli, sedano e carote.				
	Riso / pasta / pasta s.g.	50	60	80
	Pomodori	40	60	65
	Piselli	10	20	30
	Sedano e carote	10	20	30
	Parmigiano	7	10	10
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Pasta/ pasta s.g. pomodoro e olive				
	Pasta / Pasta senza glutine	50	60	80
	Pomodori pelati	50	60	65
	Olive	10	15	20
	Parmigiano	7	10	10
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5

Pasta/ pasta s.g. pomodoro ricotta e pesto				
	Pasta / Pasta senza glutine	40	60	80
	Pomodori pelati	20	30	40
	Pesto	5	7	10
	Ricotta	10	15	15
	Parmigiano	7	10	10
	Aromi e sale	<u>q.b.</u>	q.b.	q.b.
Pasta/ pasta s.g. alla pizzaiola				
	Pasta / Pasta senza glutine	50	60	80
	Pomodori	40	60	65
	Parmigiano	7	10	10
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Origano e sale	<u>q.b.</u>	q.b.	q.b.
Pasta/ pasta s.g. con ricotta				
	Pasta / Pasta senza glutine	50	60	80
	Ricotta	20	30	40
	Parmigiano	7	10	10
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.

Pasta/ pasta s.g. con ricotta e prosciutto				
	Pasta / Pasta senza glutine	50	60	80
	Ricotta	15	20	25
	Prosciutto cotto	5	10	15
	Parmigiano	7	10	10
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Riso alle erbe aromatiche				
	Riso / pasta / pasta s.g.	50	60	80
	Parmigiano	7	10	10
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Aromi (prezzemolo, basilico, rosmarino) e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Pasta/ pasta s.g. al forno gratinata				
	Pasta / Pasta senza glutine	50	60	80
	Pomodori	40	60	65
	Latte p.s.	10	15	15
	farina	5	5	5
	Parmigiano	7	10	10
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Aromi e sale	<u>q.b.</u>	q.b.	q.b.

Pasta/pasta s.g. con verdure				
	Pasta / Pasta senza glutine	50	60	80
	Carote, cipolle, zucchine e sedano	20	40	60
	Parmigiano	7	10	10
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Origano e sale	<u>q.b.</u>	q.b.	q.b.
Pasta/pasta s.g. con cavolfiori				
	Pasta / Pasta senza glutine	50	60	80
	Cavolfiori	20	40	60
	Latte p.s.	10	15	20
	Parmigiano	7	10	10
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Aromi e sale	<u>q.b.</u>	q.b.	q.b.
Pasta/pasta s.g. al pomodoro fresco				
	Pasta / Pasta senza glutine	50	60	80
	Pomodoro fresco	40	60	65
	Parmigiano	7	10	10
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Basilico aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.

Pasta/ pasta s.g. al ragù				
	Pasta / Pasta senza glutine	50	60	80
	Pomodori pelati	40	60	65
	Carne di vitello	10	20	30
	Carote, cipolle e sedano	10	20	20
	Parmigiano	7	10	10
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Aromi e sale	<u>q.b.</u>	q.b.	q.b.
Lasagne alla bolognese/ lasagne alla bolognese s.g.				
	Pasta all'uovo	70	90	100
	Carne di vitello	20	25	30
	Pomodori	60	80	90
	Latte p.s.	10	15	15
	Farina	5	5	5
	Parmigiano	7	10	10
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Aromi e sale	<u>q.b.</u>	q.b.	q.b.

Pizza al pomodoro / pizza al pomodoro s.g.				
	Farina s.g.	40	60	80
	Pomodori pelati	40	60	65
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Origano e sale	q.b.	q.b.	q.b.

PRIMI PIATTI IN BRODO

<i>INGREDIENTI</i>	<i>Grammature per la scuola dell'infanzia</i>	<i>Grammature per la scuola primaria</i>	<i>Grammature per la scuola secondaria di primo grado</i>
Crema di legumi con crostini / crostini s.g.			
Crostini / crostini s.g.	20	25	30
Patate	40	50	50
Legumi secchi	10	10	10
Parmigiano	7	10	10
Olio d'oliva extravergine	5	5	5
Brodo vegetale, aromi <u>e sale</u>	q.b.	q.b.	q.b.
Minestra/passato di verdure con pasta / pasta senza glutine			
Pasta / Pasta senza glutine	20	25	30
Patate	40	50	60
Verdure miste	40	60	70
Parmigiano	7	10	10
Brodo vegetale, aromi <u>e sale</u>	q.b.	q.b.	q.b.

Minestra di riso con patate				
	Riso	20	25	30
	Patate	40	50	60
	Parmigiano	7	10	10
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Brodo vegetale, aromi e <u>sale</u>	q.b.	q.b.	q.b.
Minestra di riso con verdure di stagione				
	Riso	20	25	30
	Patate	40	50	60
	Verdure miste	40	60	70
	Parmigiano	7	10	10
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Brodo vegetale, aromi e <u>sale</u>	q.b.	q.b.	q.b.

SECONDI PIATTI DI PESCE

	<i>INGREDIENTI</i>	<i>Grammature per la scuola dell'infanzia</i>	<i>Grammature per la scuola primaria</i>	<i>Grammature per la scuola secondaria di primo grado</i>
Merluzzo dorato al forno				
	Merluzzo	90	90	100
	Uova pastorizzate	1x10 (5g)	1x10 (5g)	1x10 (5g)
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Pangrattato, aromi e <u>sale</u>	q.b.	q.b.	q.b.
Merluzzo dorato al forno senza glutine				
	Merluzzo	90	90	100
	Uova pastorizzate	1x10 (5g)	1x10 (5g)	1x10 (5g)
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Pangrattato s.g. , aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Crocchette di nasello				
	Nasello	90	90	100
	Uova pastorizzate	1x10 (5g)	1x10 (5g)	1x10 (5g)
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Pangrattato, aromi e <u>sale</u>	q.b.	q.b.	q.b.

Crocchette di nasello s.g.				
	Nasello	90	90	100
	Uova pastorizzate	1x10 (5g)	1x10 (5g)	1x10 (5g)
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Pangrattato s.g. , aromi e <u>sale</u>	q.b.	q.b.	q.b.
Crocchette di merluzzo al forno				
	merluzzo	90	90	100
	Uova pastorizzate	1x10 (5g)	1x10 (5g)	1x10 (5g)
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Pangrattato, aromi e <u>sale</u>	q.b.	q.b.	q.b.
Crocchette di merluzzo s.g. al forno				
	merluzzo	90	90	100
	Uova pastorizzate	1x10 (5g)	1x10 (5g)	1x10 (5g)
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Pangrattato s.g. , aromi e <u>sale</u>	q.b.	q.b.	q.b.
Platessa dorata				
	Platessa	90	90	100
	Uova pastorizzate	1x10 (5g)	1x10 (5g)	1x10 (5g)
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5

	Pangrattato, aromi e <u>sale</u>	q.b.	q.b.	q.b.
--	----------------------------------	------	------	------

Platessa dorata senza glutine				
	Platessa	90	90	100
	Uova pastorizzate	1x10 (5g)	1x10 (5g)	1x10 (5g)
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Pangrattato s.g. , aromi e <u>sale</u>	q.b.	q.b.	q.b.
Platessa olio e limone				
	Platessa	90	90	100
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Limone e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Platessa/passera alla mugnaia				
	Platessa	90	90	100
	Latte p.s.	20	30	40
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Farina, prezzemolo succo di limone	q.b.	q.b.	q.b.
	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Platessa/ passera alla mugnaia senza glutine				
	Platessa	90	90	100
	Latte p.s.	20	30	40
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5

	Farina di riso, prezzemolo, limone	q.b.	q.b.	q.b.
	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.

SECONDI PIATTI DI CARNE

	INGREDIENTI	Grammature per la scuola dell'infanzia	Grammature per la scuola primaria	Grammature per la scuola secondaria di primo grado
Arrosto di Vitello				
	Carne di vitello/tacchino	70	80	90
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Bastoncini di Pollo dorati cotti al forno				
	Carne di pollo	70	80	90
	Uova pastorizzate	1x10 (5g)	1x10 (5g)	1x10 (5g)
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Pangrattato, aromi e <u>sale</u>	q.b.	q.b.	q.b.
Bastoncini di Pollo dorati senza glutine				
	Carne di pollo	70	80	90
	Uova pastorizzate	1x10 (5g)	1x10 (5g)	1x10 (5g)
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Pangrattato s.g. , aromi e <u>sale</u>	q.b.	q.b.	q.b.

Manzo stufato olio e limone				
	Carne di manzo	70	80	90
	Carote, sedano, cipolle	15	20	25
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Limoni Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
bocconcini di vitello in umido				
	Carne di manzo	70	80	90
	Pomodori pelati	15	20	25
	Carote, sedano, cipolle	15	20	25
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Scaloppine di vitello al limone				
	Carne di vitello.	70	80	90
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	<u>Farina, limone, aromi e sale</u>	<u>q.b.</u>	<u>q.b.</u>	<u>q.b.</u>
Scaloppine di vitello al limone s.g.				
	Carne di vitello.	70	80	90
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Farina, limone, aromi e sale	<u>q.b.</u>	<u>q.b.</u>	<u>q.b.</u>

Cotoletta alla valdostana al forno				
	Carne di tacchino, bovino, pollo	70	80	90
	Mozzarella	20	25	30
	Uova pastorizzate	1x10 (5g)	1x10 (5g)	1x10 (5g)
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Pangrattato, aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Crocchette di pollo al forno				
	Carne di pollo	70	80	90
	Uova pastorizzate	1x10 (5g)	1x10 (5g)	1x10 (5g)
	Carote, sedano, cipolle	15	20	25
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Pangrattato, aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Crocchette di pollo al forno senza glutine				
	Carne di pollo	70	80	90
	Uova pastorizzate	1x10 (5g)	1x10 (5g)	1x10 (5g)
	Carote, sedano, cipolle	15	20	25
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Pangrattato s.g., aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.

Fesa di tacchino al latte				
	Carne di tacchino	70	80	90
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Latte, aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Hamburger di bovino/tacchino				
	Carne di bovino/tacchino	70	80	90
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Lonza al forno				
	Lonza	70	80	90
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Milanese di pollo				
	Carne di pollo	70	80	90
	Uova pastorizzate	1x10 (5g)	1x10 (5g)	1x10 (5g)
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Pangrattato, aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.

Milanese di pollo senza glutine				
	Carne di pollo	70	80	90
	Uova pastorizzate	1x10 (5g)	1x10 (5g)	1x10 (5g)
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Pangrattato s.g. , aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Petto di pollo/tacchino al limone				
	Carne di pollo/tacchino	70	80	90
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	<u>Farina, limone, aromi e sale</u>	<u>q.b.</u>	<u>q.b.</u>	<u>q.b.</u>
Petto di pollo alla pizzaiola				
	Carne di pollo	70	80	90
	Pomodori pelati	20	30	40
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	<u>Farina, aromi e sale</u>	<u>q.b.</u>	<u>q.b.</u>	<u>q.b.</u>
Petto di pollo ai ferri				
	Carne di pollo	70	80	90
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	<u>Aromi e sale</u>	<u>q.b.</u>	<u>q.b.</u>	<u>q.b.</u>

Rolata di Pollo al forno			
Carne di pollo	70	80	90
Olio d'oliva extravergine	5	5	5
<u>Spinaci, carote, aromi e sale</u>	<u>q.b.</u>	<u>q.b.</u>	<u>q.b.</u>
Polpette di vitello/bovino			
Carne di vitello/bovino	50	60	70
Uova pastorizzate	1x10 (5g)	1x10 (5g)	1x10 (5g)
Mollica bagnata nel latte	10	10	10
Parmigiano	7	10	10
Olio d'oliva extravergine	5	5	5
Pangrattato, aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Polpette di vitello/bovino senza glutine			
Carne di vitello/bovino	60	70	80
Uova pastorizzate	1x10 (5g)	1x10 (5g)	1x10 (5g)
Parmigiano	7	10	10
Olio d'oliva extravergine	5	5	5
Pangrattato s.g. , aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.

SECONDI PIATTI A BASE DI FORMAGGIO

		<i>Grammature per la scuola dell'infanzia</i>	<i>Grammature per la scuola primaria</i>	<i>Grammature per la scuola secondaria di primo grado</i>
	Mozzarella	60	90	125
	Primo sale	60	90	125
	Ricotta	80	100	150
	Stracchino	60	90	125
Tortino di patate e formaggio				
	Ricotta	40	50	60
	Patate	15	20	25
	Uova pastorizzate	<u>1x10 (5g)</u>	<u>1x10 (5g)</u>	1x10 (5g)
	Parmigiano	7	10	10
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Pangrattato, aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Tortino di patate e formaggio senza glutine				
	Ricotta	40	50	60
	Patate	15	20	25
	Uova pastorizzate	<u>1x10 (5g)</u>	<u>1x10 (5g)</u>	1x10 (5g)
	Parmigiano	7	10	10

	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Pangrattato s.g. , aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.

GLI AFFETTATI

		<i>Grammature per la scuola dell'infanzia</i>	<i>Grammature per la scuola primaria</i>	<i>Grammature per la scuola secondaria di primo grado</i>
	Prosciutto cotto	60	80	80
	Arrosto di tacchino	60	80	80

SECONDI PIATTI A BASE DI UOVO

	<i>INGREDIENTI</i>	<i>Grammature per la scuola dell'infanzia</i>	<i>Grammature per la scuola primaria</i>	<i>Grammature per la scuola secondaria di primo grado</i>
	Frittata con spinaci / erbette / spinaci			
	Uova pastorizzate	50	50	50
	Spinaci freschi o ^[1] _[SEP] surgelati /erbette	30	40	50
	Latte p.s.	<u>10</u>	<u>15</u>	20
	Parmigiano	7	10	10

	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.

Frittata di zucchine				
	Uova pastorizzate	50	50	50
	zucchine	30	40	50
	Latte p.s.	<u>10</u>	<u>15</u>	20
	Parmigiano	7	10	10
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Frittata di verdure				
	Uova pastorizzate	50	50	50
	verdure miste	30	40	50
	Latte p.s.	<u>10</u>	<u>15</u>	20
	Parmigiano	7	10	10
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.

LEGUMI COME SECONDO PIATTO

	INGREDIENTI	Grammature per la scuola dell'infanzia	Grammature per la scuola primaria	Grammature per la scuola secondaria di primo grado
Farinata di ceci con verdure				
	Farina di ceci	110	130	140
	carote, cipolle, sedano, zucchine	10	10	10
	Olio d'oliva extravergine	5	5	5
	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.

I CONTORNI

	INGREDIENTI	Grammature per la scuola dell'infanzia	Grammature per la scuola primaria	Grammature per la scuola secondaria di primo grado
Erbette saltate				
	Erbette	60	80	100
	Olio d'oliva extravergine	5	7	10
	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Finocchi all'olio / in insalata				
	Finocchi	60	80	100

	Olio d'oliva extravergine	5	7	10
	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.

Insalata di carote				
	Carote	60	80	100
	Olio d'oliva extravergine	5	7	10
	Aceto e/o limone, aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Insalata mista				
	Insalata verde	20	20	20
	Carote	40	60	80
	Pomodori	40	60	80
	Olio d'oliva extravergine	5	7	10
	Aceto e/o limone, aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Broccoli all'olio / broccoli saltati				
	Broccoli	60	80	100
	Olio d'oliva extravergine	5	7	10
	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Carote alla parmigiana				
	Carote	60	80	100
	Parmigiano	7	10	10
	Olio d'oliva extravergine	5	7	10
	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.

Carote saltate / carote al forno				
	Carote	60	80	100
	Olio d'oliva extravergine	5	7	10
	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Cavolfiori dorati				
	Cavolfiori	60	80	100
	Uovo	5	7	7
	Pangrattato	5	7	7
	Olio d'oliva extravergine	5	7	10
	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Cavolfiori dorati s.g.				
	Cavolfiori	60	80	100
	Uovo	5	7	7
	Pangrattato	5	7	7
	Olio d'oliva extravergine	5	7	10
	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Insalata di fagiolini / fagiolini saltati				
	Fagiolini	60	80	100
	Olio d'oliva extravergine	5	7	10

	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
--	--------------	------	------	------

Insalata di pomodori				
	Pomodori	60	80	100
	Olio d'oliva	5	7	10
	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Insalata verde				
	Insalata	40	50	60
	Olio d'oliva extravergine	5	7	10
	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Macedonia di verdure				
	Patate	50	60	70
	Piselli	40	50	50
	Carote	20	30	40
	Olio d'oliva extravergine	5	7	10
	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Patate al forno / insalata di patate / patate all'olio				
	Patate	110	140	160
	Olio d'oliva extravergine	5	7	10
	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.

Purè di patate				
	Patate	110	140	160
	Latte p.s.	20	30	30
	Parmigiano	7	10	10
	burro	5	7	10
	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Piselli in umido				
	Piselli	80	90	120
	Pomodori	20	30	40
	Olio d'oliva extravergine	<u>5</u>	<u>7</u>	10
	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Piselli saltati / piselli all'olio				
	Piselli	80	90	120
	Olio d'oliva extravergine	5	7	10
	Aromi e sale	<u>q.b.</u>	q.b.	q.b.
Spinaci all'olio / saltati / al vapore				
	Spinaci	60	80	100
	Olio d'oliva extravergine	5	7	10
	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.

Spinaci al parmigiano				
	Spinaci freschi o surgelati	60	80	100
	Parmigiano	7	10	10
	Olio d'oliva	5	7	10
	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
Zucchine saltate /all'olio				
	Zucchine	60	80	100
	Olio d'oliva extravergine	5	7	10
	Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.

PANE E FRUTTA

		<i>Grammature per la scuola dell'infanzia</i>	<i>Grammature per la scuola primaria</i>	<i>Grammature per la scuola secondaria di primo grado</i>
	Pane comune	40	50	60
	Pane senza glutine	40	50	60
	Frutta fresca	120	150	150

I DOLCI

(A rotazione proposti 1 volta a settimana al posto della frutta di stagione)

		Grammature per la scuola dell'infanzia	Grammature per la scuola primaria	Grammature per la scuola secondaria di primo grado
	Yogurt	125	125	125
	Budino	120	120	120
	Torta (margherita, crostata, plum cake,..)	50	60	60
	Plum cake senza glutine	50	60	60