



**Menù Autunno-Inverno a.s. 2020/2021**

	<b>Lunedì</b>	<b>Martedì</b>	<b>Mercoledì</b>	<b>Giovedì</b>	<b>Venerdì</b>
<b>Sett.1</b>	Risotto ai carciofi gratinato (Scamorza o robiola) Polpette di verdura Carote julienne Pane integrale Frutta di stagione	Pasta integrale e patate Bocconcini di pollo Finocchietti gratinati/insalata mista Pane Frutta di stagione Vit.C	Pasta al pomodoro Salmoncino gratinato Pisellini stufati Pane Frutta di stagione	Pastina in brodo vegetale Polpettone di vitellone Insalata mista Pane con verdure (pizzi) Frutta di stagione	Pasta fresca e ceci (ciceri e trie) Frittata al forno Spinaci all'olio Pane Macedonia o frutta mista di stagione
<b>Sett.2</b>	Antipasto di carote o altra verdura Sartù di riso (mozzarella)/Riso al sugo Mozzarella/Primo sale/Ricotta Spinaci al parmigiano Pane Frutta di stagione	Cous cous con verdure/pasta e piselli secchi Schiacciatina di pesce al forno Carote gratinate Pane Frutta di stagione	Passato di verdure con farro o altro cereale in chicchi Spezzatino di tacchino Insalata mista Pane integrale Frutta di stagione	Pastina in brodo vegetale Frittata con spinaci Zucca stufata con mandorle/zucchine trifolate Pane Frutta di stagione Vit.C	Cavatelli freschi al pomodoro Merluzzo in umido/gratinato Insalata di finocchi Pane Macedonia o frutta mista di stagione
<b>Sett.3</b>	Pasta e lenticchie o altro legume Schiacciatine di verdura Carote julienne Pane Frutta di stagione Vit.C	Fave e cicorie o bietole/ Minestrone con pasta Arrosti di vitello Patate americane Duchessa Pane con verdure (pizzi) Frutta di stagione	Riso al pomodoro Bocconcini di pesce gratinato Finocchietti gratinati Pane Frutta di stagione	Antipasto di finocchi o altra verdura Focaccia di patate/pasta e patate e prosciutto cotto magro Spinaci al parmigiano Pane integrale Frutta di stagione	Tubettini al brodetto/sugo di pesce. Caciottina o scamorza fresca Insalata mista Pane Macedonia o frutta mista di stagione
<b>Sett.4</b>	Riso con crema di carote Platessa gratinata Zucchine trifolate con o senza noccioline Pane Frutta di stagione	Orecchiette al sugo Stracetti croccanti di pollo Insalata mista Pane integrale Frutta di stagione	Zuppa di legumi e cereali misti Primo sale o mozzarella Carote prezzemolate Pane Frutta di stagione Vit.C	Pasta al pesto Merluzzo o rana pescatrice al limone o alla livornese Bietole all'olio Pane Frutta di stagione	Pasta al forno con zucca gialla (Scamorza o robiola) Polpette di carne magra Finocchietti julienne Pane Macedonia o frutta mista di stagione
<b>Sett.5</b>	Pasta e ricotta con o senza sugo Frittata con carciofi Insalata mista Pane Frutta di stagione	Risotto con i broccoli Salmoncino agli aromi vegetali Carote gratinate Pane Frutta di stagione	Antipasto di verdura Gnocchi alla Romana/tortino di semolino/ pasta e patate e robiola Insalata mista Pane Frutta di stagione	Zuppa di barbabietole (borscht)/pasta fresca al pesto di noci Stracetti/spezziatino magro di cavallo Spinaci al limone Pane Frutta di stagione	Tubettini o altra pasta in pure di fave/o altro legume Cavolfiore gratinato Pane Macedonia o frutta mista di stagione