

SCUOLA DELL'INFANZIA "lasciate che i piccoli vengano a me" - BOLZANO VICENTINO

MENU' OTTOBRE-MARZO a.s. 2020-2021

settimane dal - al	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
05/10 - 09/10 09/11 - 13/11 14/12 - 18/12 01/02 - 05/02 08/03 - 12/03	Verdura cruda Straccetti di pollo Riso all'olio o alle verdure	Piselli al tegame Risotto allo zafferano Yogurt	Spaghetti o pasta al pomodoro Frittata al forno Verdura cruda	Verdura cruda o cotta Polpette di pesce al forno o al pomodoro Purè di patate Mela cotta	Verdura cruda o cotta (<i>Broccoli al tegame</i>) Pasta al ragù
<i>merenda</i>	<i>Tè e biscotti secchi</i>	<i>Fette biscottate e marmellata</i>	<i>Frutta fresca o Mousse di frutta</i>	<i>Frutta e/o pane^^</i>	<i>Yogurt alla frutta</i>
12/10 - 16/10 16/11 - 20/11 21/12 - 08/01 08/02 - 12/02 15/03 - 19/03	Verdura cotta Spezzatino di manzo Polenta	Bieta costa al tegame Fusilli integrali al pomodoro e ricotta Budino	Verdura cruda o cotta Merluzzo* al pomodoro Patate al prezzemolo Mela cotta o Banana	Crema di verdure con pastina Arrosto di tacchino al forno Verdura cruda	Piselli* al tegame o Purè di piselli Risotto alla crema di zucca Yogurt
<i>merenda</i>	<i>Tè e biscotti secchi</i>	<i>Crackers e succo 100% frutta</i>	<i>Latte e pane tostato</i>	<i>Frutta e/o pane^^</i>	<i>Frutta fresca</i>
19/10 - 23/10 23/11 - 27/11 11/01 - 15/01 15/02 - 19/02 22/03 - 26/03	Verdura cruda o cotta (<i>Fagiolini al vapore</i>) Pasta al sugo di pesce*	Lenticchie e carote al tegame Risotto alla crema di cavolfiore Budino	Sedanini alle verdure Frittata a forno Verdura* cotta (<i>Spinaci al tegame</i>)	Verdura cruda o cotta Hamburger/macinato di manzo Patate al forno o purè Mela cotta o Banana	Verdura cruda o cotta Pizza margherita Mousse di frutta
<i>merenda</i>	<i>Tè e biscotti secchi</i>	<i>Mousse di frutta o frutta</i>	<i>Tè o Karkadè e fette biscottate</i>	<i>Latte e pane tostato</i>	<i>Frutta fresca</i>
26/10 - 30/10 30/11 - 04/12 18/01 - 22/01 22/02 - 26/02 29/03 - 31/03	Fagioli all'uccelletto o Piselli* al tegame Risotto alla zucca o al porro Budino	Verdura cruda o cotta Straccetti di manzo Patate all'olio Banana o Mousse di frutta	Verdura cotta (<i>Carote o Fagiolini al tegame</i>) Mezze penne al ragù di carni bianche	Polpette di ricotta e spinaci Riso al pomodoro	Verdura cotta Seppioline* in umido Polenta Yogurt
<i>merenda</i>	<i>Frutta fresca</i>	<i>Fette biscottate e marmellata</i>	<i>Latte e pane tostato</i>	<i>Tè e biscotti secchi</i>	<i>Frutta fresca</i>
02/11 - 06/11 07/12 - 11/12 25/01 - 29/01 01/03 - 05/03	Verdura cruda o cotta Crema di fagioli con pastina Dolce da forno	Sedanini alla crema di broccoli* Frittata al forno Verdura cruda	Verdura cruda o cotta Bocconcini di pollo Riso all'olio o alle verdure	Verdura cruda o cotta Merluzzo* alla vicentina Patate al forno Banana o Mela cotta	Verdura cruda o cotta Pasta ai formaggi
<i>merenda</i>	<i>Frutta fresca</i>	<i>Crackers e succo 100% frutta</i>	<i>Latte e fette biscottate</i>	<i>Tè e biscotti secchi</i>	<i>Frutta fresca o Mousse di frutta</i>

LEGENDA degli alimenti presenti in modo alternato e variato:

VERDURA CRUDA: insalata, radicchio, cappuccio, finocchio, carote

VERDURA COTTA AL VAPORE, AL FORNO, SPADELLATA: zucchine, spinaci, costa-bieta, fagiolini, carote, cavolfiore, finocchi, broccoli.

CREMA/PASSATO DI VERDURE: zucchine, zucca, sedano, porro, carote, pomodoro.

RISOTTO ALLE VERDURE DI STAGIONE (no funghi).

FRUTTA: secondo la stagione: mele, pere, banane, kiwi, mandaranci, arance.

PANE: una volta alla settimana sarà proposto con il pasto il pane integrale al posto del pane bianco (giornate colorate in giallo).

^^Al posto del pane si proporrà alternativamente: fette biscottate, gallette di cereali, crackers, pane biscotto o simili.

*In queste preparazioni possono essere utilizzati degli ortaggi surgelati per esigenze di produzione o in caso di difficile reperibilità della materia prima.

Tutti i piatti rispettano le grammature indicate dalle Linee di Indirizzo per il Miglioramento della Qualità nutrizionale nella Ristorazione Scolastica della Regione Veneto (edizione Agosto 2017).

La scuola si riserva di porre delle variazioni al Menù nel caso si verifichino disfunzioni nel rifornimento delle merci o per altre particolari esigenze.