AUTUNNO INVERNO

MENÙ

SCUOLA DELL'INFANZIA, SCUOLA PRIMARIA, SCUOLA SECONDARIA (e Centro Socio Riabilitativo)

	ROSA	VERDE	GIALLO	ARANCIONE	AZZURRO
A	Crema di cannellini con crostini di pane tostato o pastina di semola Crocchette di verdura al forno Verdura cruda di stagione Pane Frutta fresca di stagione	Passatelli in brodo vegetale di verdure fresche (o ravioli ripieni di ricotta e spinaci con salsa alle verdure) Patate lessate e Verdura cruda o cotta di stagione Pane integrale Frutta fresca di stagione	Spaghetti al pomodoro ed olive Arrosto di tacchino al forno Verdura cruda di stagione Pane Frutta fresca di stagione	Risotto alle verdure di stagione (es. zucca) Formaggio fresco (es. casatella) Insalata (con a parte <u>semi di sesamo tostati e tritati finemente</u>) Pane o Spianata Frutta fresca di stagione	Sedanini alle erbe aromatiche e mandorle (*<u>frutta secca tritata finemente</u>* Cotoletta di platessa* al forno Verdura cruda di stagione Pane Frutta fresca di stagione
B	Antipasto di verdura di stagione Lasagne al forno con ragù di carne di vitellone oppure in alternativa al piatto unico Pasta al ragù bianco di verdure e Carne di vitello es. polpette Verdura cotta mista di stagione o verdura di stagione gratinata al forno Pane integrale Frutta fresca di stagione	Fusilli al pesto mediterraneo invernale (*<u>frutta secca tritata finemente</u>*) Pesce* (platessa) al pomodoro o seppie* al pomodoro Verdura cruda di stagione Pane Frutta fresca di stagione	Crema di ceci con cous cous o pastina di semola Pizza al pomodoro o alle verdure di stagione Insalata (con a parte <u>mandorle tritate finemente</u>) Frutta fresca di stagione	**Per Infanzia**: Vellutata di verdure con pastina di semola **Per Primaria e Secondaria:** Penne al pomodoro Hamburger di vitellone Verdura cruda di stagione Pane integrale Frutta fresca di stagione	Mezze penne olio e parmigiano Scaloppina di tacchino o pollo al forno Verdura cotta di stagione Pane Frutta fresca di stagione
C	**Per Infanzia:** Passato di verdura con riso **Per Primaria e Secondaria:** Risotto alle verdure (es. carote) Formaggio fresco (es. ricotta) o bis di formaggi Verdura cruda di stagione Pane Frutta fresca di stagione	Antipasto di verdura di stagione Chifferi al ragù vegetale Cotoletta di suino al forno o arista al forno Verdura cotta di stagione Pane Frutta fresca di stagione	Penne olio e parmigiano Frittata al forno o rotolo di frittata al forno Verdura cruda di stagione Pane Frutta fresca di stagione	Antipasto di verdura di stagione Spaghetti al tonno Pesce* al forno o bocconcini di pesce* al forno **Per infanzia e primaria:** mezza porzione Verdura cotta di stagione Pane Frutta fresca di stagione	Maltagliati con fagioli Crocchette di miglio o crocchette di ricotta al forno Verdura cruda di stagione Pane integrale Frutta fresca di stagione
D	Fusilli (integrali) alla pizzaiola Pesce*(merluzzo) al forno Insalata (con a parte <u>frutta secca tritata finemente</u>) Pane Frutta fresca di stagione	Spaghetti al pomodoro Formaggio fresco (es. stracchino) Verdura cruda di stagione Pane Frutta fresca di stagione	Passato di verdura con orzo Polpette di pollo al forno Purea di patate e carote o Purea di patate Pane integrale Frutta fresca di stagione	Pasta all'uovo (es. tagliatelle) pomodoro e piselli* Sformato di verdure e legumi (o farina di ceci) al forno Verdura cruda di stagione Pane Frutta fresca di stagione	Verdura in pinzimonio Polenta Spezzatino di tacchino o pollo al sugo Verdura cotta di stagione Pane Frutta fresca di stagione
E	Spaghetti aglio, olio e prezzemolo Spezzatino di pollo alla cacciatora Verdura cotta di stagione Pane Frutta fresca di stagione	**Per Infanzia:** Passato di legumi misti con riso **Per Primaria e Secondaria:** Risotto con crema di legumi Hamburger di verdura Insalata (con a parte <u>semi di sesamo tostati e tritati finemente</u>) Pane al latte o panino al latte Frutta fresca di stagione	Verdura in pinzimonio Gnocchetti di semola all'ortolana Pesce*(azzurro sfilettato) al forno o Crocchette di pesce* al forno Verdura cotta di stagione Pane Frutta fresca di stagione	Crema di sedano e patate con orzo o farro Fettina di pollo alla pizzaiola Verdura cruda di stagione Pane Frutta fresca di stagione	Pastina di semola o riso in brodo vegetale Pizza pomodoro e mozzarella Insalata mista Frutta fresca di stagione

Legenda:

- Il menù proposto è stilato in base alle Linee Guida per una Sana Alimentazione e ai piatti e ricette proposte da "Ben…essere in Tavola " integrazione al Ricettario Allergeni 2020, redatto dall'Az.USL di Forlì;
- il menù contiene i seguenti alimenti di origine biologica: verdura fresca di stagione, frutta fresca di stagione, pasta di semola, carne bovina, legumi secchi, riso, orzo, farro, passata, polpa e pomodori pelati;
- i piatti contrassegnati con il simbolo * possono contenere alimenti surgelati;
- una volta alla settimana è prevista l'offerta di un piccolo antipasto di verdure crude di stagione biologiche al fine di aumentarne il gradimento sfruttando l'effetto appetito;
- lo spuntino di metà mattina per l'infanzia prevede la frutta fresca di stagione tagliata in piccoli pezzi;
- la frutta e la verdura varieranno secondo la stagionalità;
- il menù, ogni cinque settimane, slitta di un giorno per garantire maggiore varietà.
- il menù slitta di un giorno ogni cinque settimane per garantire maggiore varietà.

In merito al Reg. 1169/11 si comunica che le informazioni circa la presenza di sostanze o prodotti che provocano allergie ed intolleranze sono disponibili presso gli uffici o le cucine