

MENU' SETTIMANALE PER CARONNO VARESI

A.S. 2020/21

MENU INVERNALE

**DAL 1/11/20 AL
31/03/2021**

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1a settimana	pasta al ragu mozzarella fior di latte verdura cruda frutta	risotto con verdure cotoletta alla milanese al forno verdura al vapore frutta	minestrone con crostini prosciutto crudo/cotto insalata fresca frutta	polenta brasato verdura cotta frutta	pasta e lenticchie frittata al parmigiano al forno contorno caldo frutta
2a settimana	pasta con legumi fesa di tacchino verdura al vapore frutta	risotto alla milanese frittata con formaggio insalata fresca frutta	pizza 1/2 porzione prosciutto carote Julienne frutta	ravioli in salsa rosa arista alla pizzaiola contorno caldo frutta	pasta al pomodoro filetto di pesce dorato al forno verdura cotta frutta
3a settimana	pizza 1/2 porz. prosciutto insalata fresca frutta	ravioli di magro coscia di pollo verdura cotta frutta	gnocchi al pomodoro rotolo di frittata carote grattugiate yogurt alla frutta	minestrone di verdura con farro formaggio fresco insalata fresca frutta	pasta al pomodoro nasello agli aromi contorno caldo frutta
4a settimana	risotto alla zucca platessa dorata al forno verdura al vapore frutta	pasta e ceci cotoletta al forno contorno caldo frutta	lasagne 1/2 porz. formaggio verdura fresca frutta	pasta integrale al pesto arrosto di vitello contorno caldo frutta	pasta pasticciata bresaola olio e limone insalata fresca frutta

Frutta di stagione: banane, mele, pere, susine, pesche, albicocche, uva.

Pane: ogni pasto dovrà essere comprensivo di pane bianco/integrale secondo le grammature previste.

Il pane è del tipo senza condimenti aggiunti (composto da farina di grano di grano, acqua, lievito, sale – prodotto a ridotto contenuto di sale 1,7% di sale su 100 g di farina di grano).