



SCUOLA PRIMARIA
MENU' AUTUNNALE – ANNO SCOLASTICO 2022-2023



01/09 - 11/11	1^ SETTIMANA	2^ SETTIMANA	3^ SETTIMANA	4^ SETTIMANA
LUNEDÌ	19/09 - 17/10	26/09 - 24/10	05/09 - 03/10 - 31/10	12/09 - 10/10 - 07/11
Merenda metà mattina	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
Pranzo	Pasta alla crema di mandorle Stracchino Verdure miste in insalata con semi oleosi Pane	Pasta al ragù di manzo Tortino di erbe Carote cotte all'olio extr. oliva Pane	Vellutata di zucca con crostini Hamburger di bovino con kechup casalingo Pomodori / Finocchi julienne – Zucchine trifolate Pane	Pasta al ragù vegetale Rotolo di frittata Carote julienne Pane
Merenda ove prevista	frutta mista di stagione	yogurt	frutta mista di stagione	torta casalinga
MARTEDÌ	20/09 - 18/10	27/09 - 25/10	06/09 - 04/10 - 01/11	13/09 - 11/10 - 08/11
Merenda metà mattina	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
Pranzo	Gnocchi di patate al pomodoro e basilico Hamburger di lenticchie Zucchine all'olio extr. oliva e limone Pane	Spaghetti al sugo di pesce Filetto di merluzzo gratinato Pomodori/finocchi Pane	Pasta ai piselli Pollo al forno Fagiolini all'olio extr. oliva Pane	Vellutata di verdure con orzo Arrosto di maiale alle mele Zucchine trifolate Pane
Merenda ove prevista	Focaccia	frutta mista di stagione	Pane e marmellata	frutta mista di stagione
MERCOLEDÌ	21/09 - 19/10	28/09 - 26/10	07/09 - 05/10 - 02/11	14/09 - 12/10 - 09/11
Merenda metà mattina	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
Pranzo	Pasta integrale alla parmigiana Polpette di carne al sugo Pomodori /finocchi Pane	Pinzimonio di verdure Pizza margherita Insalata mista Pane	Lasagne vegetali Insalata mista Pane	Strozzapreti al pomodoro rustico Crocchette di legumi in umido Verdure miste cotte Pane
Merenda ove prevista	yogurt alla frutta	torta casalinga	frutta mista di stagione	Frappè di frutta fresca
GIOVEDÌ	22/09 - 20/10	01/09 - 29/09 - 27/10	08/09 - 06/10 - 03/11	15/09 - 13/10 - 10/11
Merenda metà mattina	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
Pranzo	Minestrone di verdure e legumi con farro Cotoletta di pollo al forno Patate arrosto Pane	Passato di verdure e legumi con farro Straccetti di tacchino agli aromi Verdure miste cotte Pane	Pasta al pomodoro Nuggets di merluzzo dorati Carote julienne Pane	Tagliatelle al ragù di manzo Insalata mista Pane
Merenda ove prevista	Frutta fresca	Frutta fresca	focaccia	Frutta fresca
VENERDÌ	23/09 - 21/10	02/09 - 30/09 - 28/10	09/09 - 07/10 - 04/11	16/09 - 14/10 - 11/11
Merenda metà mattina	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
Pranzo	Pasta al pesto verde Pepite di filetto di merluzzo Fagiolini all'olio extr. oliva Pane	Pasta al pomodoro e basilico Crocchette di ceci con zucchine Insalata Pane	Risotto allo zafferano Tortino di cannellini e zucca Fagiolini all'olio extr. oliva Pane	Risotto alla zucca Filetto di platessa gratinato Fagiolini all'olio extr. Oliva Pane
Merenda ove prevista	Frutta fresca	succo di frutta e biscotti	yogurt alla frutta	Pane e marmellata