

MENU' INVERNALE - Anno scolastico 2022/2023 (ottobre ad aprile)

SERVIZIO RISTORAZIONE SCOLASTICA - Comune di Capannoli e Palaia

SCUOLE DELL'INFANZIA E PRIMARIE

Sett.	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1°	<ul style="list-style-type: none">Gnocchi al pomodoroCrescenzaFinocchi gratinatiFrutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">Pasta olio e parmigianoArrosto di vitelloFagioliniFrutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">Risotto alla parmigianaFagioli all'uccellettoSpinaciFrutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">Passato di verdura con riso/pastina/orzo/crostiniMerluzzo al fornoBietolaDolce casalingo	<ul style="list-style-type: none">Minestra di lombardaUovo sodo/frittataCarote al vaporeFrutta di stagione
2°	<ul style="list-style-type: none">Passato di verdurePollo e patate al fornoFrutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">Pasta all'olioFiletto di merluzzo al fornoSpinaci all'olioFrutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">Lasagne al ragù di carne bovinaInsalata mistaFrutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">Pasta al pestoTacchino/ Coniglio disossato al fornoCavolfiore gratinatoFrutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">Polenta di mais al pomodoroAsiagoCarote julienneFrutta di stagione
3°	<ul style="list-style-type: none">Minestra di verdure e legumi con cerealiFrittata di verdureCarote al vaporeFrutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">Pasta all'olioPolpette di merluzzoFinocchi julienneFrutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">Passato di verduraPizza margheritaFrutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">Crema di zucca e patate con riso/pastina/orzo/crostiniBrasato di vitelloneBietolaFrutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">Risotto alla verzaCuori di merluzzo al pomodoroFagioliniDolce casalingo
4°	<ul style="list-style-type: none">Passato di verdure con riso/pastina/orzo/crostiniCoscia di pollo al fornoInsalata mistaFrutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">Gnocchetti sardi al pomodoroHamburger di verdureCavolfioreFrutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">Pastina in brodo di carne bovinaMozzarellaPurèFrutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">Pasta al ragù di carne bovinaCeci *PinzimonioFrutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">Riso all'olio e parmigianoPolpettone di vitello in bianco/pomodoroFinocchi gratinati al fornoFrutta di stagione

Nota: Per incentivare l'uso dei legumi in alcune giornate sono stati introdotti come secondo piatto dopo un primo contenente già proteine, anche se il legume ha di per se un valore nutrizionale adeguato. Per questo motivo in queste giornate le quantità di proteine (ad esempio ragù+ legumi) sono date dalla sommatoria di entrambi i piatti.

MENU' INVERNALE - Anno scolastico 2022/2023 (ottobre ad aprile)

SERVIZIO RISTORAZIONE SCOLASTICA - Comune di Capannoli e Palaia

SCUOLE DELL'INFANZIA E PRIMARIE

	LUNEDI'	MARTEDI	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
5°	<ul style="list-style-type: none">• Gnocchi al pomodoro• Pisellini primavera al forno• Montasio• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Risotto alla verza• Spezzatino di tacchino in umido• Spinaci all'olio• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Pasta alla zucca• Merluzzo alla mugnaia• Carote julienne• Dolce casalingo	<ul style="list-style-type: none">• Minestra di fagioli• Uovo sodo/frittata• Patate al vapore• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Lasagne di pesce• Finocchi gratinati• Frutta di stagione
6°	<ul style="list-style-type: none">• Crema di porri e patate con riso/pastina/orzo/crostini• Tacchino/ Coniglio disossato al forno• Bietola• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Pasta al pesto• Mozzarella• Finocchi gratinati• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Lasagne al ragù di carne bovina• Insalata mista• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Riso all'olio e parmigiano• Legumi• Fagiolini al vapore• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Minestra di verdura con riso/pastina/orzo/crostini• Polpette di merluzzo• Spinaci saltati• Frutta di stagione
7°	<ul style="list-style-type: none">• Pasta olio e parmigiano• Straccetti di pollo al limone• Carote lesse• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Passato di verdura• Pizza margherita• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Pastina in brodo di carne bovina• Polpettone di vitello in bianco/pomodoro• Finocchi al forno• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Riso al ragù di verdure• Filetto di merluzzo dorato al forno• Spinaci• Dolce casalingo	<ul style="list-style-type: none">• Gnocchi di patata al pomodoro• Grana• Insalata verde• Frutta di stagione
8°	<ul style="list-style-type: none">• Risotto allo zafferano• Polpette di merluzzo• Cavolfiore al vapore• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Minestra di verdure con riso/pastina/orzo/crostini• Coscia di pollo al forno• Patate arrosto/al vapore• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Polenta di mais al pomodoro• Uovo sodo/ frittata• Carote julienne• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Riso all'olio e parmigiano• Legumi lessi• Insalata mista• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Timballo di maccheroni al forno• Spinaci saltati• Frutta di stagione

Nota: Per incentivare l'uso dei legumi in alcune giornate sono stati introdotti come secondo piatto dopo un primo contenente già proteine, anche se il legume ha di per se un valore nutrizionale adeguato. Per questo motivo in queste giornate le quantità di proteine (ad esempio ragù+ legumi) sono date dalla sommatoria di entrambi i piatti.