

# TAVAGNACCO

## Menù Primavera/Estate - Scuola primaria-secondaria

settimana		spuntino	primi piatti	secondi piatti	contorni	pane e sostituti	frutta e sostituti
LUN	1	frutta	frittata di pasta		verdura cruda	pane	frutta
MAR	1	frutta	risotto al pesto di verdure	mozzarella	verdura cruda - R	pane	frutta
MER	1	frutta	pasta alla parmigiana	cosce di pollo	verdura cotta	pane	frutta
GIO	1	triangolini di mais e legumi	lasagne (*) al ragù di lenticchie		verdura cruda	pane integrale	frutta
VEN	1	pane speciale	crema di verdura con orzo	filetto di merluzzo (*) gratinato	patate e verdura cotta (*) - R	pane	frutta
LUN	2	frutta	spatzle (*) burro e salvia	asiago	verdura cotta (*)	pane	frutta
MAR	2	triangolini di mais e legumi	pasta al ragù di bovino		verdura cruda	pane	frutta
MER	2	frutta	riso alla milanese	insalata di fagioli	verdura cruda	pane	frutta
GIO	2	pane speciale	pasta al pesto di verdura	burger di scorfano (*)	verdura cruda - R	pane integrale	frutta
VEN	2	frutta	pasta integrale al pomodoro e verdura	uova strapazzate	verdura cotta - R	pane	frutta
LUN	3	frutta	pasta e piselli (*)		verdura cruda	pane	frutta
MAR	3	triangolini di mais e legumi	pasta al pomodoro fresco	bocconcini di tacchino	verdura cotta (*)	pane integrale	frutta
MER	3	frutta	pasta al ragù vegetale	frittata	verdura cotta - R	pane	frutta
GIO	3	frutta	pizza margherita		verdura cruda	pane	frutta
VEN	3	pane speciale	Vellutata di verdura con farro	Platessa (*) gratinato con mais	patate e verdura cruda - R	pane	frutta
LUN	4	frutta	gnocchi con pomodoro	caciotta	verdura cruda	pane	frutta
MAR	4	yogurt	pasta al pesto	ceci in umido	verdura cotta (*)	pane	frutta
MER	4	frutta	pasta con verdura	schiacciata di bovino	verdura cruda - R	pane integrale	frutta
GIO	4	pane speciale	riso basmati	straccetti di pollo	verdura cotta	pane	frutta
VEN	4	frutta	riso al pomodoro e verdura	polpette di trota	verdura cruda - R	pane	frutta

Possibili specie ittiche presenti in menù:

SEPIE (Sepia officinalis) ; ORATA (Sparus aurata); MERLUZZO (Pollachius virens); PLATESSA (Pleuronectes platessa); SCORFANO (Sebastes Mentella); TROTA (Oncorhynchus mykiss)

R = quantità del contorno ridotta, dato che il 30% delle verdure totali previste è presente nel primo piatto

\*nelle creme di verdure, la grammatura delle patate sarà divisa: una parte nella minestra e la restante nel contorno (grammature descritte nel ricettario)

(\*) = prodotti gelo;

# TAVAGNACCO

## Menù Primavera/Estate - Scuola primaria-secondaria

settimana		spuntino	primi piatti	secondi piatti	contorni	pane e sostituti	frutta e sostituti
LUN	5	frutta	pasta al pesto vegetale	straccetti di tacchino al limone	verdura cotta (*) - R	pane	frutta
MAR	5	frutta	cous cous	polpette di orata (*)	verdura cruda	pane	frutta
MER	5	frutta	pasta all'olio aromatico	fagioli all'uccelletto	verdura cruda	pane integrale	frutta
GIO	5	triangolini di mais e legumi	quiche (*) di uova e zucchine		patate e verdura cotta - R	pane	frutta
VEN	5	pane speciale	riso alle verdure	ricotta	verdura cruda - R	pane	frutta
LUN	6	frutta	pasta al ragù vegetale	uova strapazzate	verdura cruda - R	pane	frutta
MAR	6	pane speciale	lasagne (*) al ragù di bovino		verdura cruda	pane	frutta
MER	6	frutta	crema di verdura con orzo	stracchino	patate e verdura cotta (*) - R	pane	frutta
GIO	6	yogurt	pasta al ragù di lenticchie		verdura cruda	pane integrale	frutta
VEN	6	frutta	riso alla parmigiana	platessa (*) gratinata	verdura cotta	pane	frutta
LUN	7	frutta	riso con verdura	tacchino panato	verdura cotta (*) - R	pane	frutta
MAR	7	triangolini di mais e legumi	pizza margherita		verdura cruda	pane integrale	frutta
MER	7	frutta	cous cous	ceci al curry	verdura cotta	pane	frutta
GIO	7	frutta	pasta al pesto	burger di trota	verdura cruda	pane	frutta
VEN	7	pane speciale	gnocchi di patate al pomodoro e verdura	frittata	verdura cruda - R	pane	frutta
LUN	8	frutta	pasta al pesto di verdura	asiago	verdura cruda - R	pane	frutta
MAR	8	pane speciale	riso e piselli (*)		verdura cruda	pane	frutta
MER	8	frutta	pasta al ragù di mare (seppie, merluzzo, scorfano) (*)		verdura cruda	pane	frutta
GIO	8	triangolini di mais e legumi	pasta integrale al pomodoro	spezzatino di bovino	verdura cotta (*)	pane integrale	frutta
VEN	8	frutta	vellutata di verdura con farro	petto di pollo alla salvia	patate e verdura cotta - R	pane	frutta

Possibili specie ittiche presenti in menù:

SEPPIE (*Sepia officinalis*) ; ORATA (*Sparus aurata*); MERLUZZO (*Pollachius virens*); PLATESSA (*Pleuronectes platessa*); SCORFANO (*Sebastes Mentella*); TROTA (*Oncorhynchus mykiss*)

R = quantità del contorno ridotta, dato che il 30% delle verdure totali previste è presente nel primo piatto

\*nelle creme di verdure, la grammatura delle patate sarà divisa: una parte nella minestra e la restante nel contorno (grammature descritte nel ricettario)

(\*) = prodotti gelo;