

**TABELLA DIETETICA COLLETTIVA
PRIMAVERA – ESTATE 2016**

In vigore dal 11.04.2016 con il menù della 2° settimana

**COMUNE DI SAN ROCCO AL PORTO
SCUOLA DELL'INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI 1° GRADO**

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1° SETTIMANA	<ul style="list-style-type: none"> • Risotto allo zafferano • Rollè di frittata con formaggio • Piselli • Pane comune • Frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta integrale al pomodoro e basilico • Bocconcini di vitello con patate al forno • Pane comune • Frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> • Lasagne al sugo di verdure • Formaggio • Pomodori e mais • Pane comune • Frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> • Gnocchetti con fagioli • Cotoletta di pollo al forno • Insalata a foglia • Pane integrale/cereali • Frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta olio e grana • Sfilacci di platessa olio e limone • Carote olio e limone • Pane comune • Gelato
2° SETTIMANA	<ul style="list-style-type: none"> • Pizza margherita • Prosciutto cotto (1/2 porzione) • Misto di verdure crude • Pane comune • Frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta agli aromi • Sformato di ricotta e spinaci • Pomodori • Pane comune • Frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta integrale con pomodoro, olive e capperi • Cosce di pollo al rosmarino • Fagiolini • Pane comune • Yogurt alla frutta 	<ul style="list-style-type: none"> • Passato di verdure e legumi con farro/orzo • Polpettone di vitello • Patate prezzemolate • Pane integrale/cereali • Frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> • Risotto con asparagi/con zucchine • Bastoncini di pesce al forno • Carote e piselli in insalata • Pane comune • Frutta fresca
3° SETTIMANA	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta/Farro al pesto • Insalata caprese • Pane comune • Frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta al pomodoro • Petto di pollo agli aromi • Fagiolini/Zucchine • Pane comune • Frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> • Ravioli di magro olio e salvia • Cotoletta di tacchino al forno • Misto di verdure crude • Pane comune • Ciambella / budino 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta allo zafferano • Rollè di frittata (per la scuola dell'infanzia frittata) • Pomodori e Ceci • Pane integrale/cereali • Frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta al forno con besciamella, zucchine e curcuma • Polpette di platessa al forno • Piselli • Pane comune • Frutta fresca
4° SETTIMANA	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta al pomodoro • Tonno • Fagioli cannellini in insalata/con prezzemolo • Pane comune • Yogurt alla frutta 	<ul style="list-style-type: none"> • Risotto alla parmigiana • Fettine di lonza profumate agli aromi (Per la Scuola dell'infanzia: arrosto di lonza) • Patate al forno • Pane comune • Frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> • Pizza margherita • Bresaola /arrosto di tacchino (1/2 porzione) • Misto di verdure crude • Pane comune • Frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta al sugo di verdure con piselli • Sogliola/platessa dorata • Pomodori e mais • Pane integrale/cereali • Frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta/farro al pomodoro/pomodoro fresco con olive e sedano/peperoni crudo • Sformato di patate e formaggio al forno • Insalata mista • Pane comune • Frutta fresca

Le varie proposte di frutta fresca verranno calendarizzate mensilmente alternando tra diverse varietà di mele, pere, susine, banane, albicocche, nespole, anguria, melone, uva...