

**LA RISTORAZIONE SCOLASTICA SITA NEL COMUNE DI FROSSASCO  
SCUOLA DELL'INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA MENU' ESTIVO**

	1 SETTIMANA	2 SETTIMANA	3 SETTIMANA	4 SETTIMANA	5 SETTIMANA
LUNEDI	Pasta in bianco Polpette bovino al pomodoro Insalata di carote julienne Pane Frutta fresca di stagione/ Yogurt frutta (Inf)	Pasta in bianco Spezzatino di vitello Fagiolini* all'olio aromatizzato Pane Frutta fresca di stagione	Minestrina con pastina Prosciutto cotto Patate al forno* Pane Budino alla vaniglia	Pasta in bianco Coscia di pollo al forno Insalata verde Pane Frutta fresca di stagione	Pizza al pomodoro Mozzarella Insalata di carote julienne Grissini Frutta fresca di stagione
MARTEDI	Pasta al pomodoro Mozzarella Zucchine all'olio aromatizzato Grissini Torinesi Km 0 Frutta fresca di stagione	Risotto allo zafferano Platessa* infarinata al forno Insalata verde Pane Frutta fresca di stagione/ Yogurt frutta (Inf)	Pasta al pomodoro Polpette di bovino in bianco Fagiolini* all'olio aromatizzato Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al ragù di verdure* Frittata agli spinaci* Piselli* all'olio Pane Frutta fresca di stagione	Minestra di riso primavera* Prosciutto cotto Patate al forno* Pane Frutta fresca di stagione/ Yogurt frutta (Inf)
MERCOLEDI	Pasta al pesto Pollo agli agrumi Insalata di pomodori Pane Macedonia di frutta	Pasta al pomodoro Ricotta/ Primo sale Insalata di carote julienne Pane Banana	Pizza al pomodoro Mozzarella Insalata verde Grissini Torinesi Km 0 Frutta fresca di stagione	Risotto alla salvia Polpette di bovino in bianco Zucchine gratinate al forno Pane Crostatina di frutta	Pasta al pesto Merluzzo* alla livornese Insalata di pomodori Pane Frutta fresca di stagione
GIOVEDI	Risotto allo zafferano Frittata di spinaci* al forno Piselli* in umido Pane Frutta fresca di stagione	Passato di verdura* con pastina Arrosto di tacchino freddo olio e limone Patate al forno* Pane Budino al cioccolato	Pasta al ragù vegetale* Petto di pollo impanato al forno Insalata di pomodori Pane Yogurt frutta	Pasta al pesto Stracchino Insalata di pomodori Pane Frutta fresca di stagione	Pasta in bianco Hamburger di bovino al pomodoro Insalata di carote Pane Frutta fresca di stagione
VENERDI	Passato di verdura* con pasta <u>Crocchette di platessa* al forno</u> Patate al forno* Pane Budino al cioccolato	Pasta all'olio e parmigiano Frittata di erbetto* al forno Piselli* all'olio Pane Frutta fresca di stagione	Risotto al parmigiano Frittata di zucchine Spinaci* saltati all'olio Pane Frutta fresca di stagione	Minestrina in brodo vegetale Platessa* infarinata al forno Patate al forno* Pane Yogurt alla frutta	Pasta al pomodoro Lonza infarinata al forno Fagiolini* all'olio aromatizzato Pane Barretta di cioccolato

\* prodotto surgelato

ogni giorno pane comune

**LA RISTORAZIONE SCOLASTICA SITA NEL COMUNE DI FROSSASCO  
SCUOLA DELL'INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA MENU' ESTIVO**

**NOTE INTEGRATIVE AL MENU'**

**1. PRIMI PIATTI**

**Primi asciutti:** i formati di pasta per possono essere variati.

**Primi in brodo:** pastina/riso per minestre possono essere alternati con orzo/farro/crostini.

**2. SECONDI PIATTI**

**Carne bianca/rossa:** tipo pollo, tacchino, lonza, bovino. Possono essere utilizzati tagli diversi (es. spezzatino/fettine/polpette/hamburger).

**Pesce:** platessa, merluzzo, nasello.

**Formaggi freschi:** tipo mozzarella, crescenza, stracchino, primo sale, ricotta, linea, robiola, tommini.

**Formaggi semistagionati/stagionati:** tipo toma, emmenthal, asiago.

**Uova:** per la preparazione di frittate/tortini ed altre preparazioni a base di uovo utilizzare misto uovo pastorizzato.

**3. VERDURE (cotte/crude)**

In caso di necessità le tipologie possono essere diversificate rispetto a quelle previste, ma garantendo il rispetto di stagionalità e variabilità. Fanno eccezione patate e legumi che, per ottimizzare l'apporto calorico del pasto, devono essere consumati solo quando indicate nel menù.

**4. FRUTTA**

Rispettare la stagionalità della frutta. Banana: 1 volta a settimana.

**Frutta autunno/inverno:** alternare mele, pere, arance, mandarini, kiwi, banane.

**Frutta primavera/estate:** alternare mele, pere, melone, anguria, albicocche, susine, pesche, banane.

**5. PANE**

Occasionalmente può essere sostituito con grissini.

Le **MODALITA' DI PREPARAZIONE** dei piatti possono essere diversificate rispetto a quelle previste (es. secondi piatti dorati, pizzaiole, arrostiti; contorni all'olio, stufati, brasati, in umido, ecc.).

**Limitare l'uso del sale** nella preparazione dei piatti. Mettere a disposizione degli Utenti **SALE IODATO**