

PRIMA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDI	Passato di verdure con pastina all'uovo	Pastina all'uovo, verdure miste, brodo vegetale, parmig. gratt., olio evo
	Formaggio grana/robiola	Formaggio grana/robiola
	Patate	Patate, olio evo, rosmarino
	Pane	Pane
MARTEDI	Arancia	Arancia
	Pasta integrale al pomodoro	Pasta integrale, pomodoro pelato, olio evo, parmigiano grattugiato, cipolla
	Scaloppine di vitello	Vitello, farina, latte, olio evo
	Spinaci	Spinaci, olio evo
MERCOLFEDI	Pane	Pane
	Banana	Banana
	Piatto unico: Pasta e fagioli asciutta	Pasta di semola (ditalini), fagioli secchi, pomodoro pelato, brodo vegetale, parmigiano grattugiato, olio evo
	Crochette di verdure	Bieta, carote, ricotta, patate, farina, parmigiano, uovo, pangrattato, olio evo, carote
GIOVEDI	Pane	Pane
	Mela	Mela
	Riso olio e parmigiano	Riso, parmigiano, olio evo
	Polpetta di pesce	Filetto di platessa, mollica di pane, uovo, parmigiano, prezzemolo, aglio, olio evo
VENERDI	Bietola/cavolfiore	Bietola/cavolfiore, olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Kiwi	Kiwi
	Polenta al pomodoro	Farina di mais, pomodoro pelato, olio evo, parmigiano gratt.
	Uovo	Uovo, olio evo
	Insalata	Insalata, olio evo
	Pane	Pane
	Pera	Pera

SECONDA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta alle verdure di stagione	Pasta, verdure di stagione, parmig. gratt., olio evo
	Bocconcini di pollo	Bocconcini di pollo, pangrattato, olio evo
	Insalata mista	Insalata mista, olio evo
	Pane	Pane
	Mandarini	Mandarini
MARTEDÌ	Piatto unico: farfalle al pomodoro + gratinata con caciotta/mozzarella/parmigiano	Pasta , pomodoro, parmigiano , olio evo , carota, cipolla, sedano, caciotta/mozzarella/parmigiano
	Carote	Carote, olio evo
	Pane	Pane
	Arancia	Arancia
MERCOLEDÌ	Gnocchi al pomodoro	Gnocchi, pomodoro pelato, olio evo, parmigiano gratt.
	Merluzzo panato al forno	Merluzzo, pangrattato, olio evo, rosmarino
	Bietola	Bietola, olio evo
	Pane	Pane
	Mela	Mela
GIOVEDÌ	Passato di verdure e legumi con farro	Verdure miste di stagione, legumi misti, farro, brodo vegetale, olio evo
	Frittata	Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Patate	Patate, olio evo, rosmarino
	Pane	Pane
	Pera	Pera
VENERDÌ	Pasta integrale al pomodoro	Pasta integrale, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Filetto di platessa	Platessa , pangrattato, olio evo, rosmarino
	Spinaci	Spinaci, olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Mela	Mela

TERZA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta integrale al pomodoro	Pasta integrale, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Uova	Uovo, olio evo
	Pane	Pane
	Banana	Banana
MARTEDÌ	Piatto unico: pasta con ceci asciutta	Pasta , ceci secchi , olio evo, parmigiano, carota, cipolla, sedano
	Polpette di verdure dell'orto invernali	Carote, bietola, ricotta, patate, parmigiano, pangrattato, uovo, olio evo,
	Pane	Pane
	Arancia	Arancia
MERCOLEDÌ	Pasta con pomodoro	Pasta, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Hamburger di tacchino e manzo	Carne di tacchino e manzo macinate, parmigiano, pangrattato, prezzemolo, olio evo
	Insalata mista	Insalata mista, olio evo
	Pane	Pane
GIOVEDÌ	Mandarini	Mandarini
	Passato di verdure con pastina e farro	Farro, pastina, verdure miste di stagione, brodo vegetale, parmig. gratt., olio evo
	Robiola	Robiola
	Patate lesse	Patate, olio evo
VENERDÌ	Pane	Pane
	Mela	Mela
	Risotto con zafferano	Riso, brodo vegetale (cipolla carota sedano),parmigiano, olio evo, zafferano
	Sformatino di pesce	Merluzzo, platessa, patate, pangrattato, latte , olio evo
	Carote e piselli	Carote e piselli , olio evo
	Pane	Pane
	Pera	Pera

Menù A esclusione di CARNE DI MAIALE e DERIVATI autunno-inverno scuola dell'infanzia, primaria, secondaria comune di Comunanza
SIAN ASUR AV5

QUARTA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDI	Piatto unico: tortellini di ricotta e spinaci	Tortellini di ricotta e spinaci, pomodoro pelato, sedano carote e cipolla, parmigiano gratt., olio evo
	Broccoletti e/o bietta	Broccoletti e/o bietta, olio evo
	Pane	Pane
	Kiwi	Kiwi
MARTEDI	Risotto e lenticchie	Riso , lenticchie , olio evo, parmigiano, carota, cipolla, sedano
	Frittata con spinaci	Uovo, spinaci, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Arancia	Arancia
MERCOLEDI	Minestra di cereali (orzo, farro e pastina)	Orzo, farro, pastina, brodo vegetale, olio evo, cipolla
	Fagioli al pomodoro	Fagioli borlotti e/o cannellini, pomodoro, cipolla, olio evo
	Bietta	Bietta, olio evo
	Pane	Pane
GIOVEDI	Mela	Mela
	Pizza (con 30% farina integrale) al pomodoro e mozzarella	Farina (70% tipo 0 + 30% tipo integrale), lievito, acqua, sale, zucchero. Condimento: passata di pomodoro, mozzarella, olio evo, sale, basilico e/o origano.
	Insalata	Insalata, olio evo
	Pane	Pane
VENERDI	Pera	Pera
	Pasta al sugo di pesce	Pasta, trito di pesce (seppioline, merluzzo, totani) pomodoro pelato, olio evo, erbe aromatiche
	Filetti di merluzzo	Filetti di merluzzo, olio evo, cipolla, sedano
	Carote Julienne	Carote julienne, olio evo
	Pane	Pane
	Mandarini	Mandarini

Menù A esclusione di CARNE DI MAIALE e DERIVATI primavera-estate scuola dell'infanzia, primaria, secondaria comune di Comunanza
SIAN ASUR AV5

PRIMA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta al pesto di zucchine	Pasta, zucchine fresche, cipolla, parmig. grattug., olio evo
	Robiola/stracchino	Robiola/stracchino
	Carote	Carote, olio evo
	Pane	Pane
	Arance; Fragole; Pesche; Uva (solo primaria)	(Marzo-Aprile); (Aprile-Maggio) ;(Giugno- Settembre); (settembre-ottobre)
MARTEDÌ	Farro con carotine	Farro, carote, parmigiano, olio evo, cipolla, sedano q.b
	Carne magra di bovino adulto/scaloppina di pollo	Carne magra di bovino adulto/pollo, farina, latte, olio evo
	Fagiolini	Fagiolini, olio evo
	Pane	Pane
	Kiwi; Pesca; Uva solo primaria	(Aprile-ottobre) (Maggio-agosto-settembre) ; (Settembre-ottobre)
MIRCOLEDÌ	Pasta integrale al pomodoro	Pasta integrale, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Uovo	Uovo, olio evo
	Bietola	Bietola, olio evo
	Pane	Pane
	Mela ; Albicocche ; Melone	(Aprile, Maggio, Settembre e Ottobre) (albicocca e melone: Giugno)
GIOVEDÌ	Piatto unico: risotto con dadini di pollo e piselli	Riso, olio evo, pollo, piselli
	Insalata di pomodori	Insalata di pomodori, olio evo
	Pane	Pane
	Macedonia	Mele , banana, pera e/o fragole, succo di limone;
VENERDÌ	Passato di verdure con pastina	Pastina, verdure miste, brodo vegetale, parmig. gratt., olio evo
	Filetti di nasello	Filetti di nasello, olio evo
	Patate	Patate, olio evo
	Pane	Pane
	Pera ; Susina (Giugno-Settembre)	(Aprile-Maggio; Ottobre) ;(Giugno-Settembre)

Menù A esclusione di CARNE DI MAIALE e DERIVATI primavera-estate scuola dell'infanzia, primaria, secondaria comune di Comunanza
SIAN ASUR AV5

SECONDA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta integrale con pomodoro	Pasta integrale, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Asiago	
	Melanzane	Melanzane, olio evo
	Pane	Pane
MARTEDÌ	Pera ; Albicocche	(Aprile-Maggio;Settembre-Ottobre) ; (Giugno)
	Pasta e lenticchie	Pasta, lenticchie, pomodoro pelato, brodo vegetale, (sedano, carota e cipolla),parmig. gratt., olio evo
	Frittata	Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Pomodori gratinati o crudi	Pomodori , olio evo , pangrattato
MERCOLEDÌ	Pane	Pane
	Mela ; Pesca	(Aprile-Maggio; Ottobre); (Giugno-Settembre)
	Pizza pomodoro e mozzarella	Farina (70% tipo 0 + 30% tipo integrale), lievito, acqua, sale, zucchero. Condimento: passata di pomodoro, mozzarella, olio evo, sale, basilico e/o origano.
	Zucchine	Zucchine, olio evo
GIOVEDÌ	Pane	Pane
	Banana; Uva (solo primaria)	(uva: Settembre-Ottobre)
	Riso con carotine	Riso, carotine, olio evo
	Bocconcini di pollo e spinaci	Pollo a tocchetti, rosmarino, aglio, olio evo, spinaci
VENERDÌ	Pane	Pane
	Arancia; Pera ; Pesca	(Arancia:Marzo-Aprile); (Aprile-Maggio;Settembre-Ottobre); (Giugno-Luglio)
	Pasta con asparagi	Pasta, asparagi, olio evo
	Polpette di pesce	Filetti di platessa e merluzzo, mollica di pane, pangrattato, prezzemolo, olio evo
	Zucchine	Zucchine, olio evo
	Pane	Pane
	Kiwi; Susina; Melone	(Aprile- Maggio e Ottobre); (Albicocca e Melone: Giugno-Settembre)

Menù A esclusione di CARNE DI MAIALE e DERIVATI primavera-estate scuola dell'infanzia, primaria, secondaria comune di Comunanza
SIAN ASUR AV5

TERZA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Riso o orzo con verdure	Riso o Orzo, verdure di stagione, brodo vegetale (cipolla carota sedano) parmig. gratt., olio evo
	Spezzatino di carne bianca	Pollo o tacchino, olio evo, rosmarino, cipolla, sedano, carota
	Zucchine	Zucchine, olio evo
	Pane	Pane
	Mela; Pesca	(Aprile-Maggio; Ottobre) ; (Giugno-Settembre)
MARTEDÌ	Piatto unico: pasta e ceci passati	Pasta di semola (ditalini), ceci secchi , pomodoro pelato, brodo vegetale, parmigiano grattugiato, olio evo
	Sformato di zucchine e patate	Patate, zucchine,, uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Pane	Pane
	Kiwi; Melone	(Marzo-Maggio); (Giugno-Settembre)
MERCOLEDÌ	Pasta integrale al pomodoro	Pasta integrale, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Hamburger di carne (pollo e manzo) con lattuga	Carne di manzo e pollo macinate, parmigiano, pangrattato, prezzemolo, olio evo e lattuga
	Pane	Pane
	Pera ;Albicocche	(Aprile-Maggio; Settembre-Ottobre); (Giugno)
GIOVEDÌ	Riso olio e parmigiano	Riso, parmigiano, olio evo
	Frittata con verdure	Uovo, parmigiano grattugiato, verdure di stagione, latte, limone grattugiato, olio evo
	Pane	Pane
	Fragole Pesca Kiwi	(Aprile-Maggio-Giugno) (Giugno e Settembre) (Ottobre)
VENERDÌ	Pasta al pomodoro e basilico	Pasta, pomodoro, parmigiano , olio evo, carota, cipolla, sedano, basilico
	Filetti di platessa al forno	Platessa , pangrattato, olio evo, rosmarino
	Carote e finocchi	Carote e finocchi, olio evo
	Pane	Pane
	Macedonia	Pesca, susina, mela, succo di limone

Menù A esclusione di CARNE DI MAIALE e DERIVATI primavera-estate scuola dell'infanzia, primaria, secondaria comune di Comunanza
SIAN ASUR AV5

QUARTA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDI	Pasta integrale con pomodoro e basilico	Pasta integrale, pomodoro, parmigiano , olio evo, carota, cipolla, sedano, basilico
	Frittata	Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Fagiolini	Fagiolini, olio evo
	Pane	Pane
	Mela; Albicocca	(Aprile-Maggio;settembre e Ottobre) ;(Albicocca:Giugno)
MARTEDI	Risotto con piselli e carote	Riso, carote , piselli, parmigiano grattugiato , olio evo , brodo vegetale
	Caprese mozzarella e pomodoro	Mozzarella , pomodoro , olio evo
	Pane	Pane
	Macedonia	Pesca, susina, mela, succo di limone
MERCOLEDI	Pasta olio e parmigiano	Pasta, parmigiano, olio evo
	Codine di rospo	Codine di rospo, pomodorini, scorza di limone grattugiata, aglio, rosmarino, prezzemolo, olio evo
	Zucchine	Zucchine, olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Pera ; Albicocche	(Aprile-Maggio;Settembre-Ottobre) (Giugno-Luglio)
GIOVEDI	Piatto unico: pasta con ragu/polpettine di carne di pollo	Pasta, carne di pollo ,pomodoro, mollica di pane, parmigiano, uovo, latte , olio evo
	Carote Julienne	Carote Julienne, olio evo
	Pane	Pane
	Mela ; Susina	(Aprile-Maggio; Ottobre) (Giugno-Settembre)
VENERDI	Passato di verdure con farro	Farro, verdure miste, brodo vegetale, parmig. gratt., olio evo
	Filetti nasello panati	Filetti di nasello, pangrattato, olio evo, rosmarino
	Patate	Patate, olio evo
	Pane	Pane
	Banana; Pesca	(Pesca: Giugno-Settembre)

Menù B esclusione di TUTTI I TIPI DI CARNE E DERIVATI primavera-estate scuola dell'infanzia, primaria, secondaria comune di Comunanza
SIAN ASUR AV5

PRIMA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta al pesto di zucchine	Pasta, zucchine fresche, cipolla, parmig. grattug., olio evo
	Robiola/stracchino	Robiola/stracchino
	Carote	Carote, olio evo
	Pane	Pane
	Arance; Fragole; Pesche; Uva (solo primaria)	(Marzo-Aprile); (Aprile-Maggio) ;(Giugno- Settembre); (settembre-ottobre)
MARTEDÌ	Farro con carotine	Farro, carote, parmigiano, olio evo, cipolla, sedano q.b
	Lenticchie al pomodoro fresco	Lenticchie, pomodoro fresco a pezzetti, olio evo, aglio
	Fagiolini	Fagiolini, olio evo
	Pane	Pane
	Kiwi; Pesca; Uva solo primaria	(Aprile-ottobre) (Maggio-agosto-settembre) ; (Settembre-ottobre)
MERCOLEDÌ	Pasta integrale al pomodoro	Pasta integrale, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Uovo	Uovo, olio evo
	Bietola	Bietola, olio evo
	Pane	Pane
	Mela ; Albicocche ; Melone	(Aprile, Maggio, Settembre e Ottobre) (albicocca e melone: Giugno)
GIOVEDÌ	Piatto unico: ravioli freschi di ricotta e spinaci	Ravioli freschi di ricotta e spinaci, pomodoro pelato, olio evo, parmigiano grattugiato
	Insalata di pomodori	Insalata di pomodori, olio evo
	Pane	Pane
	Macedonia	Mele , banana, pera e/o fragole, succo di limone;
	Passato di verdure con pastina	Pastina, verdure miste, brodo vegetale, parmig. gratt., olio evo
VENERDÌ	Filetti di nasello	Filetti di nasello, olio evo
	Patate	Patate, olio evo
	Pane	Pane
	Pera ; Susina (Giugno-Settembre)	(Aprile-Maggio; Ottobre) ;(Giugno-Settembre)

Menù B esclusione di TUTTI I TIPI DI CARNE E DERIVATI primavera-estate scuola dell'infanzia, primaria, secondaria comune di Comunanza
SIAN ASUR AV5

SECONDA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta integrale con pomodoro	Pasta integrale, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Asiago	
	Melanzane	Melanzane, olio evo
	Pane	Pane
MARTEDÌ	Pera ; Albicocche	(Aprile-Maggio;Settembre-Ottobre) ; (Giugno)
	Pasta e lenticchie	Pasta, lenticchie, pomodoro pelato, brodo vegetale, (sedano, carota e cipolla), parmig. gratt., olio evo
	Frittata	Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Pomodori gratinati o crudi	Pomodori , olio evo , pangrattato
MERCLEDÌ	Pane	Pane
	Mela ; Pesca	(Aprile-Maggio; Ottobre); (Giugno-Settembre)
	Pizza pomodoro e mozzarella	Farina (70% tipo 0 + 30% tipo integrale), lievito, acqua, sale, zucchero. Condimento: passata di pomodoro, mozzarella, olio evo, sale, basilico e/o origano.
	Zucchine	Zucchine, olio evo
GIOVEDÌ	Pane	Pane
	Banana; Uva (solo primaria)	(uva: Settembre-Ottobre)
	Riso con carotine	Riso, carotine, olio evo
	Polpette di ceci al pomodoro	Ceci, sedano carota e cipolla/pangrattato, uovo, parmigiano grattugiato, olio evo, pomodoro
VENERDÌ	Pane	Pane
	Arancia; Pera ; Pesca	(Arancia:Marzo-Aprile); (Aprile-Maggio;Settembre-Ottobre); (Giugno-Luglio)
	Pasta con asparagi	Pasta, asparagi, olio evo
	Polpette di pesce	Filetti di platessa e merluzzo, mollica di pane, pangrattato, prezzemolo, olio evo
	Zucchine	Zucchine, olio evo
	Pane	Pane
	Kiwi; Susina; Melone	(Aprile- Maggio e Ottobre); (Albicocca e Melone: Giugno-Settembre)

Menù B esclusione di TUTTI I TIPI DI CARNE E DERIVATI primavera-estate scuola dell'infanzia, primaria, secondaria comune di Comunanza
SIAN ASUR AV5

TERZA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Riso o orzo con verdure	Riso o Orzo, verdure di stagione, brodo vegetale (cipolla carota sedano) parmig. gratt., olio evo
	Mozzarella	
	Zucchine	Zucchine, olio evo
	Pane	Pane
	Mela; Pesca	(Aprile-Maggio;Ottobre) ; (Giugno-Settembre)
MARTEDÌ	Piatto unico: pasta e ceci passati	Pasta di semola (ditalini), ceci secchi , pomodoro pelato, brodo vegetale, parmigiano grattugiato, olio evo
	Sformato di zucchine e patate	Patate, zucchine,, uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Pane	Pane
	Kiwi; Melone	(Marzo-Maggio); (Giugno-Settembre)
MERCOLEDÌ	Pasta integrale al pomodoro	Pasta integrale, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Polpette di ricotta e verdure	Ricotta, spinaci, uova, mollica di pane, olio evo, pangrattato, parmigiano
	Pane	Pane
	Pera ;Albicocche	(Aprile-Maggio; Settembre-Ottobre); (Giugno)
GIOVEDÌ	Riso olio e parmigiano	Riso, parmigiano, olio evo
	Frittata con verdure	Uovo, parmigiano grattugiato, verdure di stagione, latte, limone grattugiato, olio evo
	Pane	Pane
	Fragole Pesca Kiwi	(Aprile-Maggio-Giugno) (Giugno e Settembre) (Ottobre)
VENERDÌ	Pasta al pomodoro e basilico	Pasta, pomodoro, parmigiano , olio evo, carota, cipolla, sedano, basilico
	Filetti di platessa al forno	Platessa , pangrattato, olio evo, rosmarino
	Carote e finocchi	Carote e finocchi, olio evo
	Pane	Pane
	Macedonia	Pesca, susina, mela, succo di limone

Menù B esclusione di TUTTI I TIPI DI CARNE E DERIVATI primavera-estate scuola dell'infanzia, primaria, secondaria comune di Comunanza
SIAN ASUR AV5

QUARTA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta integrale con pomodoro e basilico	Pasta integrale, pomodoro, parmigiano, olio evo, carota, cipolla, sedano, basilico
	Frittata	Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Fagiolini	Fagiolini, olio evo
	Pane	Pane
	Mela; Albicocca	(Aprile-Maggio; settembre e Ottobre); (Albicocca:Giugno)
MARTEDÌ	Risotto con piselli e carote	Riso, carote, piselli, parmigiano grattugiato, olio evo, brodo vegetale
	Caprese mozzarella e pomodoro	Mozzarella, pomodoro, olio evo
	Pane	Pane
	Macedonia	Pesca, susina, mela, succo di limone
MERCOLEDÌ	Pasta olio e parmigiano	Pasta, parmigiano, olio evo
	Codine di rospo	Codine di rospo, pomodorini, scorza di limone grattugiata, aglio, rosmarino, prezzemolo, olio evo
	Zucchine	Zucchine, olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Pera ; Albicocche	(Aprile-Maggio;Settembre-Ottobre) (Giugno-Luglio)
GIOVEDÌ	Piatto unico: ravioli freschi di ricotta e spinaci	Ravioli freschi di ricotta e spinaci, pomodoro pelato, olio evo, parmigiano gratt.
	Carote Julienne	Carote Julienne, olio evo
	Pane	Pane
	Mela ; Susina	(Aprile-Maggio; Ottobre) (Giugno-Settembre)
VENERDÌ	Passato di verdure con farro	Farro, verdure miste, brodo vegetale, parmig. gratt., olio evo
	Filetti nasello panati	Filetti di nasello, pangrattato, olio evo, rosmarino
	Patate	Patate, olio evo
	Pane	Pane
	Banana; Pesca	(Pesca: Giugno-Settembre)

Menù B esclusione di TUTTI I TIPI DI CARNE E DERIVATI autunno-inverno scuola dell'infanzia, primaria, secondaria comune di Comunanza
SIAN ASUR AV5

PRIMA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDI	Passato di verdure con pastina all'uovo	Pastina all'uovo, verdure miste, brodo vegetale, parmig. gratt., olio evo
	Formaggio grana/robiola	Formaggio grana/robiola
	Patate	Patate, olio evo, rosmarino
	Pane	Pane
	Arancia	Arancia
MARTEDI	Pasta integrale al pomodoro	Pasta integrale, pomodoro pelato, olio evo, parmigiano grattugiato, cipolla
	Frittata	<u>Uovo, parmigiano gratt., latte, olio evo, limone gratt.</u>
	Spinaci	Spinaci, olio evo
	Pane	Pane
	Banana	Banana
MERCOLEDI	Piatto unico: Pasta e fagioli asciutta	Pasta di semola (ditalini), fagioli secchi, pomodoro pelato, brodo vegetale, parmigiano grattugiato, olio evo
	Crocchette di verdure	Bietta, carote, ricotta, patate, farina, parmigiano, uovo, pangrattato, olio evo, carote
	Pane	Pane
	Mela	Mela
GIOVEDI	Riso olio e parmigiano	Riso, parmigiano, olio evo
	Polpetta di pesce	Filetto di platessa, mollica di pane, uovo, parmigiano, prezzemolo, aglio, olio evo
	Bietola/cavolfiore	Bietola/cavolfiore, olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Kiwi	Kiwi
VENERDI	Polenta al pomodoro	Farina di mais, pomodoro pelato, olio evo, parmigiano gratt.
	Uovo	Uovo, olio evo
	Insalata	Insalata, olio evo
	Pane	Pane
	Pera	Pera

SECONDA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta alle verdure di stagione	Pasta, verdure di stagione, parmig. gratt., olio evo
	Frittata	Uovo, parmigiano gratt., latte, olio evo, limone gratt.
	Insalata mista	Insalata mista, olio evo
	Pane	Pane
	Mandarini	Mandarini
MARTEDÌ	Piatto unico: farfalle al pomodoro + gratinata con caciotta/mozzarella/parmigiano	Pasta , pomodoro, parmigiano , olio evo , carota, cipolla, sedano, caciotta/mozzarella/parmigiano
	Carote	Carote, olio evo
	Pane	Pane
	Arancia	Arancia
MERCOLEDÌ	Gnocchi al pomodoro	Gnocchi, pomodoro pelato, olio evo, parmigiano gratt.
	Merluzzo panato al forno	Merluzzo, pangrattato, olio evo, rosmarino
	Bietola	Bietola, olio evo
	Pane	Pane
	Mela	Mela
GIOVEDÌ	Passato di verdure e legumi con farro	Verdure miste di stagione, legumi misti, farro, brodo vegetale, olio evo
	Frittata	Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Patate	Patate, olio evo, rosmarino
	Pane	Pane
	Pera	Pera
VENERDÌ	Pasta integrale al pomodoro	Pasta integrale, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Filetto di platessa	Platessa , pangrattato, olio evo, rosmarino
	Spinaci	Spinaci, olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Mela	Mela

Menù B esclusione di TUTTI I TIPI DI CARNE E DERIVATI autunno-inverno scuola dell'infanzia, primaria, secondaria comune di Comunanza
SIAN ASUR AV5

TERZA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDI	Pasta integrale al pomodoro	Pasta integrale, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Uova	Uovo, olio evo
	Pane	Pane
	Banana	Banana
MARTEDI	Piatto unico: pasta con ceci asciutta	Pasta, ceci secchi , olio evo, parmigiano, carota, cipolla, sedano
	Polpette di verdure dell'orto invernali	Carote, bietola, ricotta, patate, parmigiano, pangrattato, uovo, olio evo,
	Pane	Pane
	Arancia	Arancia
MERCOLEDI	Pasta con pomodoro	Pasta, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Frittata	Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Insalata mista	Insalata mista, olio evo
	Pane	Pane
GIOVEDI	Mandarini	Mandarini
	Passato di verdure con pastina e farro	Farro, pastina, verdure miste di stagione, brodo vegetale, parmig. gratt., olio evo
	Robiola	Robiola
	Patate lesse	Patate, olio evo
VENERDI	Pane	Pane
	Mela	Mela
	Risotto con zafferano	Riso, brodo vegetale (cipolla carota sedano),parmigiano, olio evo, zafferano
	Sformatino di pesce	Merluzzo, platessa, patate, pangrattato, latte, ,olio evo
	Carote e piselli	Carote e piselli , olio evo
	Pane	Pane
	Pera	Pera

Menù B esclusione di TUTTI I TIPI DI CARNE E DERIVATI autunno-inverno scuola dell'infanzia, primaria, secondaria comune di Comunanza
SIAN ASUR AV5

QUARTA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDI	Piatto unico: tortellini di ricotta e spinaci	Tortellini di ricotta e spinaci, pomodoro pelato, sedano carote e cipolla, parmigiano gratt., olio evo
	Broccoletti e/o bieta	Broccoletti e/o bieta, olio evo
	Pane	Pane
	Kiwi	Kiwi
MARTEDI	Risotto e lenticchie	Riso , lenticchie , olio evo, parmigiano, carota, cipolla, sedano
	Frittata con spinaci	Uovo, spinaci, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Arancia	Arancia
MERCOLEDI	Minestra di cereali (orzo, farro e pastina)	Orzo, farro, pastina, brodo vegetale, olio evo, cipolla
	Fagioli al pomodoro	Fagioli borlotti e/o cannellini, pomodoro, cipolla, olio evo
	Bieta	Bieta, olio evo
	Pane	Pane
GIOVEDI	Mela	Mela
	Pizza (con 30% farina integrale) al pomodoro e mozzarella	Farina (70% tipo 0 + 30% tipo integrale), lievito, acqua, sale, zucchero. Condimento: passata di pomodoro, mozzarella, olio evo, sale, basilico e/o origano.
	Insalata	Insalata, olio evo
	Pane	Pane
VENERDI	Pera	Pera
	Pasta al sugo di pesce	Pasta, trito di pesce (seppioline, merluzzo, totani) pomodoro pelato, olio evo, erbe aromatiche
	Filetti di merluzzo	Filetti di merluzzo, olio evo, cipolla, sedano
	Carote Julienne	Carote julienne, olio evo
	Pane	Pane
	Mandarini	Mandarini

Menù C esclusione di TUTTI I TIPI DI CARNE e PESCE e DERIVATI autunno-inverno scuola dell'infanzia, primaria, secondaria comune di Comunanza
SIAN ASUR AV5

PRIMA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Passato di verdure con pastina all'uovo	Pastina all'uovo, verdure miste, brodo vegetale, parmig. gratt., olio evo
	Formaggio grana/robiola	Formaggio grana/robiola
	Patate	Patate, olio evo, rosmarino
	Pane	Pane
	Arancia	Arancia
MARTEDÌ	Pasta integrale al pomodoro	Pasta integrale, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Frittata	<u>Uovo, parmigiano grattugiato, latte, olio evo, limone grattugiato</u>
	Spinaci	Spinaci, olio evo
	Pane	Pane
	Banana	Banana
MERCOLEDÌ	Piatto unico: Pasta e fagioli asciutta	Pasta di semola (ditalini), fagioli secchi , pomodoro pelato, brodo vegetale, parmigiano grattugiato, olio evo
	Crocchette di verdure	Bietta, carote, ricotta, patate , farina, parmigiano, uovo, pangrattato, olio evo , carote
	Pane	Pane
	Mela	Mela
GIOVEDÌ	Riso olio e parmigiano	Riso , parmigiano, olio evo
	Polpetta di ceci	<u>Ceci, uovo, sedano carota e cipolla, olio evo, pangrattato</u>
	Bietola/cavolfiore	<u>Bietola/cavolfiore, olio evo</u>
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Kiwi	Kiwi
VENERDÌ	Polenta al pomodoro	Farina di mais, pomodoro pelato, olio evo, parmigiano gratt.
	Uovo	Uovo, olio evo
	Insalata	Insalata, olio evo
	Pane	Pane
	Pera	Pera

Menù C esclusione di TUTTI I TIPI DI CARNE e PESCE e DERIVATI autunno-inverno scuola dell'infanzia, primaria, secondaria comune di Comunanza
SIAN ASUR AV5

SECONDA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta alle verdure di stagione	Pasta, verdure di stagione, parmig. gratt., olio evo
	Frittata	<u>Uovo, parmigiano grattugiato, latte, olio evo, limone grattugiato</u>
	Insalata mista	Insalata mista, olio evo
	Pane	Pane
	Mandarini	Mandarini
MARTEDÌ	Piatto unico: farfalle al pomodoro + gratinata con caciotta/mozzarella/parmigiano	Pasta , pomodoro, parmigiano , olio evo , carota, cipolla, sedano, caciotta/mozzarella/parmigiano
	Carote	Carote, olio evo
	Pane	Pane
	Arancia	Arancia
MERCOLEDÌ	Gnocchi al pomodoro	Gnocchi, pomodoro pelato, olio evo, parmigiano gratt.
	Parmigiano	
	Bietola	Bietola, olio evo
	Pane	Pane
	Mela	Mela
GIOVEDÌ	Passato di verdure e legumi con farro	Verdure miste di stagione, legumi misti, farro, brodo vegetale, olio evo
	Frittata	Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Patate	Patate, olio evo, rosmarino
	Pane	Pane
	Pera	Pera
VENERDÌ	Pasta integrale al pomodoro	Pasta integrale, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Hamburger di ceci	Ceci, sedano, carota cipolla, uovo, olio evo, pangrattato
	Spinaci	Spinaci, olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Mela	Mela

Menù C esclusione di TUTTI I TIPI DI CARNE e PESCE e DERIVATI autunno-inverno scuola dell'infanzia, primaria, secondaria comune di Comunanza
SIAN ASUR AV5

TERZA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDI	Pasta integrale al pomodoro	Pasta integrale, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Uova	Uovo, olio evo
	Pane	Pane
	Banana	Banana
MARTEDI	Piatto unico: pasta con ceci asciutta	Pasta , ceci secchi , olio evo, parmigiano, carota, cipolla, sedano
	Polpette di verdure dell'orto invernali	Carote, bietola, ricotta, patate, parmigiano, pangrattato, uovo, olio evo,
	Pane	Pane
	Arancia	Arancia
MERCOLEDI	Pasta con pomodoro	Pasta, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Frittata	Uovo, parmigiano <u>grattugiato</u> , latte, <u>olio evo</u> , <u>limone grattugiato</u>
	Insalata mista	Insalata mista, olio evo
	Pane	Pane
GIOVEDI	Mandarini	Mandarini
	Passato di verdure con pastina e farro	Farro, pastina, verdure miste di stagione, brodo vegetale, parmig. gratt., olio evo
	Robiola	Robiola
	Patate lesse	Patate, olio evo
VENERDI	Pane	Pane
	Mela	Mela
	Risotto con zafferano	Riso, brodo vegetale (cipolla carota sedano),parmigiano, olio evo, zafferano
	Palline di bietole e ceci	Bietole, ceci, patate, uovo, parmigiano grattugiato, olio evo, pangrattato
	Carote e piselli	Carote e piselli , olio evo
	Pane	Pane
	Pera	Pera

Menù C esclusione di TUTTI I TIPI DI CARNE e PESCE e DERIVATI autunno-inverno scuola dell'infanzia, primaria, secondaria comune di Comunanza
SIAN ASUR AV5

QUARTA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDI	Piatto unico: tortellini di ricotta e spinaci	Tortellini di ricotta e spinaci, pomodoro pelato, sedano carote cipolla, parmigiano grattugiato, olio evo
	Broccoletti e/o bieta	Broccoletti e/o bieta, olio evo
	Pane	Pane
	Kiwi	Kiwi
MARTEDI	Risotto e lenticchie	Riso , lenticchie , olio evo, parmigiano, carota, cipolla, sedano
	Frittata con spinaci	Uovo, spinaci, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Arancia	Arancia
MERCOLEDI	Minestra di cereali (orzo, farro e pastina)	Orzo, farro, pastina, brodo vegetale, olio evo, cipolla
	Fagioli al pomodoro	Fagioli borlotti e/o cannellini, pomodoro, cipolla, olio evo
	Bieta	Bieta, olio evo
	Pane	Pane
GIOVEDI	Mela	Mela
	Pizza (con 30% farina integrale) al pomodoro e mozzarella	Farina (70% tipo 0 + 30% tipo integrale), lievito, acqua, sale, zucchero. Condimento: passata di pomodoro, mozzarella, olio evo, sale, basilico e/o origano.
	Insalata	Insalata, olio evo
	Pane	Pane
VENERDI	Pera	Pera
	Pasta al pomodoro	Pasta, pomodoro pelato, olio evo, erbe aromatiche
	Polpettine di ceci	Ceci, uovo, sedano carota e cipolla, olio evo, pangrattato
	Carote Julienne	Carote julienne, olio evo
	Pane	Pane
	Mandarini	Mandarini

Menù C esclusione di TUTTI I TIPI DI CARNE E DERIVATI E PESCE primavera-estate scuola dell'infanzia, primaria, secondaria comune di Comunanza
SIAN ASUR AV5

PRIMA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta al pesto di zucchine	Pasta, zucchine fresche, cipolla, parmig. grattug., olio evo
	Robiola/stracchino	Robiola/stracchino
	Carote	Carote, olio evo
	Pane	Pane
	Arance; Fragole; Pesche; Uva (solo primaria)	(Marzo-Aprile); (Aprile-Maggio); (Giugno- Settembre-ottobre)
MARTEDÌ	Farro con carotine	Farro, carote, parmigiano, olio evo, cipolla, sedano q.b
	Lenticchie al pomodoro fresco	Lenticchie, pomodoro fresco a pezzetti, olio evo, aglio
	Fagiolini	Fagiolini, olio evo
	Pane	Pane
	Kiwi; Pesca; Uva solo primaria	(Aprile-ottobre) (Maggio-agosto-settembre) ; (Settembre-ottobre)
MERCOLEDÌ	Pasta integrale al pomodoro	Pasta integrale, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Uovo	Uovo, olio evo
	Bietola	Bietola, olio evo
	Pane	Pane
	Mela ; Albicocche ; Melone	(Aprile, Maggio, Settembre e Ottobre) (albicocca e melone: Giugno)
GIOVEDÌ	PIATTO UNICO: ravioli freschi di ricotta e spinaci	Ravioli freschi di ricotta e spinaci, pomodoro pelato, olio evo, parmigiano grattugiato
	Insalata di pomodori	Insalata di pomodori, olio evo
	Pane	Pane
	Macedonia	Mele, banana, pera e/o fragole, succo di limone;
	Passato di verdure con pastina	Pastina, verdure miste, brodo vegetale, parmig. gratt., olio evo
VENERDÌ	Polpette di ceci al pomodoro	Ceci, sedano carota e cipolla/pangrattato, uovo, parmigiano grattugiato, olio evo, pomodoro
	Patate	Patate, olio evo
	Pane	Pane
	Pera ; Susina (Giugno-Settembre)	(Aprile-Maggio; Ottobre) ;(Giugno-Settembre)

Menù C esclusione di TUTTI I TIPI DI CARNE E DERIVATI E PESCE primavera-estate scuola dell'infanzia, primaria, secondaria comune di Comunanza
SIAN ASUR AV5

SECONDA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta integrale con pomodoro	Pasta integrale, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Asiago	
	Melanzane	Melanzane, olio evo
	Pane	Pane
MARTEDÌ	Pera ; Albicocche	(Aprile-Maggio;Settembre-Ottobre) ; (Giugno)
	Pasta e lenticchie	Pasta, lenticchie, pomodoro pelato, brodo vegetale, (sedano, carota e cipolla), parmig. gratt., olio evo
	Frittata	Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Pomodori gratinati o crudi	Pomodori , olio evo , pangrattato
MERCOLEDÌ	Pane	Pane
	Mela ; Pesca	(Aprile-Maggio; Ottobre); (Giugno-Settembre)
	Pizza pomodoro e mozzarella	Farina (70% tipo 0 + 30% tipo integrale), lievito, acqua, sale, zucchero. Condimento: passata di pomodoro, mozzarella, olio evo, sale, basilico e/o origano.
	Zucchine	Zucchine, olio evo
GIOVEDÌ	Pane	Pane
	Banana; Uva (solo primaria)	(uva: Settembre-Ottobre)
	Riso con carotine	Riso, carotine, olio evo
	Polpette di ceci al pomodoro	Ceci, sedano carota e cipolla/pangrattato, uovo, parmigiano grattugiato, olio evo, pomodoro
VENERDÌ	Pane	Pane
	Arancia; Pera ; Pesca	(Arancia:Marzo-Aprile); (Aprile-Maggio;Settembre-Ottobre); (Giugno-Luglio)
	Pasta con asparagi	Pasta, asparagi, olio evo
	Frittata	Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Zucchine	Zucchine, olio evo
	Pane	Pane
	Kiwi; Susina; Melone	(Aprile- Maggio e Ottobre); (Albicocca e Melone: Giugno-Settembre)

Menù C esclusione di TUTTI I TIPI DI CARNE E DERIVATI E PESCE primavera-estate scuola dell'infanzia, primaria, secondaria comune di Comunanza
SIAN ASUR AV5

TERZA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Riso o orzo con verdure	Riso o Orzo, verdure di stagione, brodo vegetale (cipolla carota sedano) parmig. gratt., olio evo
	Mozzarella	
	Zucchini	Zucchini, olio evo
	Pane	Pane
	Mela; Pesca	(Aprile-Maggio; Ottobre) ; (Giugno-Settembre)
MARTEDÌ	Piatto unico: pasta e ceci passati	Pasta di semola (ditalini), ceci secchi , pomodoro pelato, brodo vegetale, parmigiano grattugiato, olio evo
	Sformato di zucchini e patate	Patate, zucchini,, uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Pane	Pane
	Kiwi; Melone	(Marzo-Maggio); (Giugno-Settembre)
MERCOLEDÌ	Pasta integrale al pomodoro	Pasta integrale, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Polpette di ricotta e verdure	Ricotta, spinaci, uova, mollica di pane, olio evo, pangrattato, parmigiano
	Pane	Pane
	Pera ;Albicocche	(Aprile-Maggio; Settembre-Ottobre); (Giugno)
GIOVEDÌ	Riso olio e parmigiano	Riso, parmigiano, olio evo
	Frittata con verdure	Uovo, parmigiano grattugiato, verdure di stagione, latte, limone grattugiato, olio evo
	Pane	Pane
	Fragole Pesca Kiwi	(Aprile-Maggio-Giugno) (Giugno e Settembre) (Ottobre)
VENERDÌ	Pasta al pomodoro e basilico	Pasta, pomodoro, parmigiano , olio evo, carota, cipolla, sedano, basilico
	Polpette di fagioli	Fagioli, sedano, carote e cipolla/pangrattato, uovo, parmigiano grattugiato, olio evo
	Carote e finocchi	Carote e finocchi, olio evo
	Pane	Pane
	Macedonia	Pesca, susina, mela, succo di limone

Menù C esclusione di TUTTI I TIPI DI CARNE E DERIVATI E PESCE primavera-estate scuola dell'infanzia, primaria, secondaria comune di Comunanza
SIAN ASUR AV5

QUARTA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta integrale con pomodoro e basilico	Pasta integrale, pomodoro, parmigiano , olio evo, carota, cipolla, sedano, basilico
	Frittata	Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Fagiolini	Fagiolini, olio evo
	Pane	Pane
	Mela; Albicocca	(Aprile-Maggio;settembre e Ottobre) ;(Albicocca:Giugno)
MARTEDÌ	Risotto con piselli e carote	Riso, carote , piselli, parmigiano grattugiato , olio evo , brodo vegetale
	Caprese mozzarella e pomodoro	Mozzarella , pomodoro , olio evo
	Pane	Pane
	Macedonia	Pesca, susina, mela, succo di limone
MERCOLEDÌ	Pasta olio e parmigiano	Pasta, parmigiano, olio evo
	Hamburger di ceci	Ceci, sedano, carote e cipolla, uovo, olio evo, pangrattato
	Zucchine	Zucchine, olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Pera ; Albicocche	(Aprile-Maggio;Settembre-Ottobre) (Giugno-Luglio)
GIOVEDÌ	PIATTO UNICO: ravioli freschi di ricotta e spinaci	Ravioli freschi di ricotta e spinaci, pomodoro pelato, olio evo, parmigiano grattugiato
	Carote Julienne	Carote Julienne, olio evo
	Pane	Pane
	Mela ; Susina	(Aprile-Maggio; Ottobre) (Giugno-Settembre)
VENERDÌ	Passato di verdure con farro	Farro, verdure miste, brodo vegetale, parmig. gratt., olio evo
	Polpette di fagioli	Fagioli, sedano, carota e cipolla/pangrattato, uovo, parmigiano grattugiato, olio evo
	Patate	Patate, olio evo
	Pane	Pane
	Banana; Pesca	(Pesca: Giugno-Settembre)

Menù D esclusione di CARNE BOVINA E DERIVATI autunno-inverno scuola dell'infanzia, primaria, secondaria comune di Comunanza

SIAN ASUR AV5

PRIMA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDI	Passato di verdure con pastina all'uovo	Pastina all'uovo, verdure miste, brodo vegetale, parmig. gratt., olio evo
	Formaggio grana/robiola	Formaggio grana/robiola
	Patate	Patate, olio evo, rosmarino
	Pane	Pane
	Arancia	Arancia
MARTEDI	Pasta integrale al pomodoro	Pasta integrale, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Frittata	<u>Uovo, parmigiano gratt.,olio evo, limone gratt.</u>
	Spinaci	Spinaci, olio evo
	Pane	Pane
	Banana	Banana
MERCOLEDI	Piatto unico: Pasta e fagioli asciutta	Pasta di semola (ditalini), fagioli secchi , pomodoro pelato, brodo vegetale, parmigiano grattugiato, olio evo
	Crochette di verdure	Bieta, carote, ricotta, patate , farina, parmigiano, uovo, pangrattato, olio evo , carote
	Pane	Pane
	Mela	Mela
GIOVEDI	Riso olio e parmigiano	Riso , parmigiano, olio evo
	Polpetta di pesce	Filetto di platessa, mollica di pane, uovo, parmigiano, prezzemolo, aglio, olio evo
	Bietola/cavolfiore	Bietola/cavolfiore, olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Kiwi	Kiwi
VENERDI	Polenta al pomodoro	Farina di mais, pomodoro pelato, olio evo, parmigiano gratt.
	Uovo	Uovo, olio evo
	Insalata	Insalata, olio evo
	Pane	Pane
	Pera	Pera

SECONDA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta alle verdure di stagione	Pasta, verdure di stagione, parmig. gratt., olio evo
	Bocconcini di pollo	Bocconcini di pollo, pangrattato, olio evo
	Insalata mista	Insalata mista, olio evo
	Pane	Pane
	Mandarini	Mandarini
MARTEDÌ	Piatto unico: farfalle al pomodoro + gratinata con caciotta/mozzarella/parmigiano	Pasta , pomodoro, parmigiano , olio evo , carota, cipolla, sedano, caciotta/mozzarella/parmigiano
	Carote	Carote, olio evo
	Pane	Pane
	Arancia	Arancia
MERCOLEDÌ	Gnocchi al pomodoro	Gnocchi, pomodoro pelato, olio evo, parmigiano gratt.
	Merluzzo panato al forno	Merluzzo, pangrattato, olio evo, rosmarino
	Bietola	Bietola, olio evo
	Pane	Pane
	Mela	Mela
GIOVEDÌ	Passato di verdure e legumi con farro	Verdure miste di stagione, legumi misti, farro, brodo vegetale, olio evo
	Frittata	Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Patate	Patate, olio evo, rosmarino
	Pane	Pane
	Pera	Pera
VENERDÌ	Pasta integrale al pomodoro	Pasta integrale, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Filetto di platessa	Platessa , pangrattato, olio evo, rosmarino
	Spinaci	Spinaci, olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Mela	Mela

Menù D esclusione di CARNE BOVINA E DERIVATI autunno-inverno scuola dell'infanzia, primaria, secondaria comune di Comunanza

SIAN ASUR AV5

TERZA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDI	Pasta integrale al pomodoro	Pasta integrale, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Uova	Uovo, olio evo
	Pane	Pane
	Banana	Banana
MARTEDI	Piatto unico: pasta con ceci asciutta	Pasta , ceci secchi , olio evo, parmigiano, carota, cipolla, sedano
	Poipette di verdure dell'orto invernali	Carote, bietola, ricotta, patate, parmigiano, pangrattato, uovo, olio evo,
	Pane	Pane
	Arancia	Arancia
MERCOLEDI	Pasta con pomodoro	Pasta, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Frittata	Uovo, parmigiano gratt.,olio evo, limone gratt.
	Insalata mista	Insalata mista, olio evo
	Pane	Pane
GIOVEDI	Mandarini	Mandarini
	Passato di verdure con pastina e farro	Farro, pastina, verdure miste di stagione, brodo vegetale, parmig. gratt., olio evo
	Robiola	Robiola
	Patate lesse	Patate, olio evo
VENERDI	Pane	Pane
	Mela	Mela
	Risotto con zafferano	Riso, brodo vegetale (cipolla carota sedano),parmigiano, olio evo, zafferano
	Sformatino di pesce	Merluzzo, platessa, patate, pangrattato, latte, ,olio evo
	Carote e piselli	Carote e piselli , olio evo
	Pane	Pane
	Pera	Pera

Menù D esclusione di CARNE BOVINA E DERIVATI autunno-inverno scuola dell'infanzia, primaria, secondaria comune di Comunanza

SIAN ASUR AV5

QUARTA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Piatto unico: tortellini di ricotta e spinaci	Tortellini di ricotta e spinaci, pomodoro pelato, sedano carote e cipolla, parmigiano gratt., olio evo
	Broccoletti e/o bieta	Broccoletti e/o bieta, olio evo
	Pane	Pane
	Kiwi	Kiwi
MARTEDÌ	Risotto e lenticchie	Riso, lenticchie, olio evo, parmigiano, carota, cipolla, sedano
	Frittata con spinaci	Uovo, spinaci, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
	Arancia	Arancia
MERCOLEDÌ	Minestra di cereali (orzo, farro e pastina)	Orzo, farro, pastina, brodo vegetale, olio evo, cipolla
	Prosciutto crudo	Prosciutto crudo
	Bieta	Bieta, olio evo
	Pane	Pane
GIOVEDÌ	Mela	Mela
	Pizza (con 30% farina integrale) al pomodoro e mozzarella	Farina (70% tipo 0 + 30% tipo integrale), lievito, acqua, sale, zucchero. Condimento: passata di pomodoro, mozzarella, olio evo, sale, basilico e/o origano.
	Insalata	Insalata, olio evo
	Pane	Pane
VENERDÌ	Pera	Pera
	Pasta al sugo di pesce	Pasta, trito di pesce (seppioline, merluzzo, totani) pomodoro pelato, olio evo, erbe aromatiche
	Filetti di merluzzo	Filetti di merluzzo, olio evo, cipolla, sedano
	Carote Julienne	Carote julienne, olio evo
	Pane	Pane
	Mandarini	Mandarini

Menù D esclusione di CARNE BOVINA E DERIVATI primavera-estate scuola dell'infanzia, primaria, secondaria comune di Comunanza
SIAN ASUR AV5

PRIMA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Pasta al pesto di zucchine	Pasta, zucchine fresche, cipolla, parmig. grattug., olio evo
	Robiola/stracchino	Robiola/stracchino
	Carote	Carote, olio evo
	Pane	Pane
	Arance; Fragole; Pesche; Uva (solo primaria)	(Marzo-Aprile); (Aprile-Maggio); (Giugno- Settembre); (settembre-ottobre)
MARTEDÌ	Farro con carotine	Farro, carote, parmigiano, olio evo, cipolla, sedano q.b
	Scaloppina di pollo	Pollo, farina, latte, olio evo
	Fagiolini	Fagiolini, olio evo
	Pane	Pane
	Kiwi; Pesca; Uva solo primaria	(Aprile-ottobre) (Maggio-agosto-settembre) ; (Settembre-ottobre)
MERCOLEDÌ	Pasta integrale al pomodoro	Pasta integrale, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Uovo	Uovo, olio evo
	Bietola	Bietola, olio evo
	Pane	Pane
	Mela ; Albicocche ; Melone	(Aprile, Maggio, Settembre e Ottobre) (albicocca e melone: Giugno)
GIOVEDÌ	Piatto unico: risotto con dadini di pollo e piselli	Riso, olio evo, pollo, piselli
	Insalata di pomodori	Insalata di pomodori, olio evo
	Pane	Pane
	Macedonia	Mele , banana, pera e/o fragole, succo di limone;
	Passato di verdure con pastina	Pastina, verdure miste, brodo vegetale, parmig. gratt., olio evo
VENERDÌ	Filetti di nasello	Filetti di nasello, olio evo
	Patate	Patate, olio evo
	Pane	Pane
	Pera ; Susina (Giugno-Settembre)	(Aprile-Maggio; Ottobre) ;(Giugno-Settembre)

Menù D esclusione di CARNE BOVINA E DERIVATI: primavera-estate scuola dell'infanzia, primaria, secondaria comune di Comunanza
SIAN ASUR AV5

SECONDA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDI	Pasta integrale con pomodoro	Pasta integrale, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Prosciutto crudo	Prosciutto crudo
	Melanzane	Melanzane, olio evo
	Pane	Pane
MARTEDI	Pera ; Albicocche	(Aprile-Maggio;Settembre-Ottobre) ; (Giugno)
	Pasta e lenticchie	Pasta, lenticchie, pomodoro pelato, brodo vegetale, (sedano, carota e cipolla),parmig. gratt., olio evo
	Frittata	Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Pomodori gratinati o crudi	Pomodori , olio evo , pangrattato
MERCOLEDI	Pane	Pane
	Mela ; Pesca	(Aprile-Maggio; Ottobre); (Giugno-Settembre)
	Pizza pomodoro e mozzarella	Farina (70% tipo 0 + 30% tipo integrale), lievito, acqua, sale, zucchero. Condimento: passata di pomodoro, mozzarella, olio evo, sale, basilico e/o origano.
	Zucchine	Zucchine, olio evo
GIOVEDI	Pane	Pane
	Banana; Uva (solo primaria)	(uva: Settembre-Ottobre)
	Riso con carotine	Riso, carotine, olio evo
	Bocconcini di pollo e spinaci	Pollo a tocchetti, rosmarino, aglio, olio evo, spinaci
VENERDI	Pane	Pane
	Arancia; Pera ; Pesca	(Arancia:Marzo-Aprile); (Aprile-Maggio;Settembre-Ottobre); (Giugno-Luglio)
	Pasta con asparagi	Pasta, asparagi, olio evo
	Polpette di pesce	Filetti di platessa e merluzzo, mollica di pane, pangrattato, prezzemolo, olio evo
	Zucchine	Zucchine, olio evo
	Pane	Pane
	Kiwi; Susina; Melone	(Aprile- Maggio e Ottobre); (Albicocca e Melone: Giugno-Settembre)

Menù D esclusione di CARNE BOVINA E DERIVATI primavera-estate scuola dell'infanzia, primaria, secondaria comune di Comunanza
SIAN ASUR AV5.

TERZA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDÌ	Riso o orzo con verdure	Riso o Orzo, verdure di stagione, brodo vegetale (cipolla carota sedano) parmig. gratt., olio evo
	Spezzatino di carne bianca	Pollo o tacchino, olio evo, rosmarino, cipolla, sedano, carota
	Zucchine	Zucchine, olio evo
	Pane	Pane
	Mela; Pesca	(Aprile-Maggio; Ottobre) ; (Giugno-Settembre)
MARTEDÌ	Piatto unico: pasta e ceci passati	Pasta di semola (ditalini), ceci secchi , pomodoro pelato, brodo vegetale, parmigiano grattugiato, olio evo
	Sformato di zucchine e patate	Patate, zucchine,, uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Pane	Pane
	Kiwi; Melone	(Marzo-Maggio); (Giugno-Settembre)
MERCOLEDÌ	Pasta integrale al pomodoro	Pasta integrale, pomodoro pelato , olio evo , parmigiano grattugiato, cipolla
	Polpette di ricotta e verdure	Ricotta, spinaci, uovo, mollica di pane, olio evo, pangrattato, parmigiano
	Pane	Pane
	Pera ;Albicocche	(Aprile-Maggio; Settembre-Ottobre); (Giugno)
GIOVEDÌ	Riso olio e parmigiano	Riso, parmigiano, olio evo
	Frittata con verdure	Uovo, parmigiano grattugiato, verdure di stagione, latte, limone grattugiato, olio evo
	Pane	Pane
	Fragole Pesca Kiwi	(Aprile-Maggio-Giugno) (Giugno e Settembre) (Ottobre)
VENERDÌ	Pasta al pomodoro e basilico	Pasta, pomodoro, parmigiano , olio evo, carota, cipolla, sedano, basilico
	Filetti di platessa al forno	Platessa , pangrattato, olio evo, rosmarino
	Carote e finocchi	Carote e finocchi, olio evo
	Pane	Pane
	Macedonia	Pesca, susina, mela, succo di limone

Menù D esclusione di CARNE BOVINA E DERIVATI primavera-estate scuola dell'infanzia, primaria, secondaria comune di Comunanza
SIAN ASUR AV5

QUARTA SETTIMANA		Ingredienti
LUNEDI	Pasta integrale con pomodoro e basilico	Pasta integrale, pomodoro, parmigiano , olio evo, carota, cipolla, sedano, basilico
	Frittata	Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo
	Fagiolini	Fagiolini, olio evo
	Pane	Pane
	Mela; Albicocca	(Aprile-Maggio;settembre e Ottobre) ;(Albicocca:Giugno)
MARTEDI		
	Risotto con piselli e carote	Riso, carote , piselli, parmigiano grattugiato , olio evo , brodo vegetale
	Caprese mozzarella e pomodoro	Mozzarella , pomodoro , olio evo
	Pane	Pane
	Macedonia	Pesca, susina, mela, succo di limone
MERCOLEDI		
	Pasta olio e parmigiano	Pasta, parmigiano, olio evo
	Codine di rospo	Codine di rospo, pomodorini, scorza di limone grattugiata, aglio, rosmarino, prezzemolo, olio evo
	Zucchine	Zucchine, olio evo
	Pane semintegrale	Pane semintegrale
GIOVEDI		
	Pera ; Albicocche	(Aprile-Maggio;Settembre-Ottobre) (Giugno-Luglio)
	Piatto unico: pasta con ragù/polpettine di carne di pollo	Pasta, carne di pollo , pomodoro, mollica di pane, parmigiano, uovo, latte , olio evo
	Carote Julienne	Carote Julienne, olio evo
VENERDI		
	Pane	Pane
	Mela ; Susina	(Aprile-Maggio; Ottobre) (Giugno-Settembre)
	Passato di verdure con farro	Farro, verdure miste, brodo vegetale, parmig. gratt., olio evo
	Filetti nasello panati	Filetti di nasello, pangrattato, olio evo, rosmarino
	Patate	Patate, olio evo
	Pane	Pane
	Banana; Pesca	(Pesca: Giugno-Settembre)