


Il menù settimanale dovrà prevedere:

- ✓ L'acqua sempre disponibile
- ✓ **Pane di semola di grano duro a basso contenuto di sale** servito al momento della somministrazione del secondo piatto
- ✓ **Verdure crude** secondo stagionalità servite in apertura del pasto
- ✓ **Verdure cotte** secondo stagionalità servite come contorno
- ✓ **Frutta fresca** specifica per stagione optando per almeno 4 tipologie diverse la settimana
- ✓ **Il Primo** scelto tra le proposte di preparazioni in brodo o asciutte (**alternando vari tipi di cereali: farro, orzo, miglio, pasta, riso...**)
- ✓ **Il Secondo** scelto tra differenti matrici proteiche:
A) pollo B) manzo o maiale
C) pesce D) uova E) formaggio F) legumi
- ✓ **Pesce almeno 1 volta a settimana**
- ✓ **Menu senza proteine animali: almeno una volta a settimana**
- ✓ **Il Piatto unico** è una proposta alternativa a un menù che prevede primo e secondo

Utilizzo della colorazione menù

- Sfondo giallo: piatti a base di pollo
- Sfondo rosso: piatti con carne rossa bovina/suina
- Scritte in blu: piatti con pesce.
- Scritte verdi: piatti con formaggio
- Sfondo giallo oro: piatti a base d'uova
- Sfondo verde: piatti vegetariani
- Sfondo turchese: piatti vegetariani senza latte e uova
- **Piatti unici:**
indicare "PIATTI UNICI" inseriti nei singoli riquadri di matrice

Contrassegnare con questo simbolo  **le preparazioni che utilizzano prodotti gelo**

	1° settimana 15/11/2021-19/11/2021 13/12/2021-17/12/2021 10/01/2022-14/01/2022 07/02/2022-11/02/2022 07/03/2022- 11/03/2022 04/04/2022-08/04/2022	2° settimana 22/11/2021-26/11/2021 20/12/2021-24/12/2021 17/01/2022-21/01/2022 04/02/2022-18/02/22 14/03/2022-18/03/2022 11/04/2022-15/04/2022	3° settimana 29/11/2021-03/12/2021 27/12/2021-31/12/2021 24/01/2022-28/01/2022 21/02/2022-25/02/2022 21/03/2022-25/03/2022 18/04/2022-22/04/2022	4° settimana 08/11/2021-12/11/2021 06/12/2021-10/12/2021 03/01/2022-07/01/2022 31/01/2022-05/02/2022 28/02/2022-04/03/2022 28/03/2022-01/04/2022
Lun.	MINESTRA DI *LEGUMI CON FARRO SOVRACOSCE DI POLLO CAROTE CRUDE FRUTTA	GNOCCHI AL POMODORO FRITTATA INSALATA E CAPPUCCIO FRUTTA	MINISTRONE DI *VERDURE CON MIGLIO FILONE DI LONZA INSALATA E CAROTE FRUTTA	GNOCCHI AL POMODORO SCALOPPINE DI POLLO INSALATA E CAROTE FRUTTA
Mar.	RISO AL ROSMARINO *COTOLETTA DI MERLUZZO (CON UOVA) *CAVOLFOIRE FRUTTA	PASTA ALLE *VERDURE **POLPETTE DI LEGUMI *FINOCCHI COTTI FRUTTA	*BROCCOLI FINOCCHI CRUDI *PIZZA FRUTTA PIATTO UNICO	PASTA OLIO E GRANA *POLPETTE DI BOVINO INSALATA VERDE *CAVOLFIORI FRUTTA
Mer.	PASTA INTEGRALE POMODORO E OLIVE POLPETTE DI VERDURE/*TORTINO DI VERDURE INSALATA E CAPPUCCIO SPINACI* FRUTTA	CAROTE CRUDE *SPINACI LASAGNE ALLA BOLOGNESE (RAGU' DI BOVINO*) FRUTTA PIATTO UNICO	PASTA INTEGRALE AL POMODORO *COTOLETTA DI MERLUZZO (CON UOVA) INSALATA E CAROTE FRUTTA	PASSATO DI CECI CON CROSTINI FRITTATA CON SPINACI INSALATA E FINOCCHI FRUTTA
Gio.	PASTA POMODORO E ORIGANO *POLPETTE DI BOVINO AL SUGO *CAROTE COTTE FRUTTA	RISO AGLI SPINACI* *PLATESSA ALLA MUGNAIA FINOCCHI CRUDI *CAVOLFOIRE FRUTTA	PASTA OLIO E GRANA *POLPETTE DI LEGUMI INSALATA VERDE *SPINACI FRUTTA	FINOCCHI CRUDI CAROTE COTTI* PASTA AI PISELLI FRUTTA PIATTO UNICO
Ven.	*CAVOLFOIRE INSALATA VERDE *PIZZA FRUTTA PIATTO UNICO	MINESTRA DI *LEGUMI CON ORZO SPEZZATINO DI POLLO AGLI AROMI CAROTE COTTE* FRUTTA	RISO AL RAGU' DI *VERDURE COTOLETTA DI POLLO (CON UOVA) CAROTE CRUDE FRUTTA	RISO AL POMODORO *PLATESSA GRATINATA (SENZA UOVA) INISALATA, CAPPUCCIO E CAROTE FRUTTA

Note: utilizzo di esclusivamente sale iodato e in modica quantità, pane a ridotto contenuto di sale (1.7% sul peso della farina) di grano duro o di farina di tipo 2 semi-integrale e utilizzo esclusivo di olio EVO.