MENU'INVERNALE 2019-20 Altre fedi religiose **ELABORATO DALLA COMMISSIONE MENSA DEL COMUNE DI PIADENA E DRIZZONA (CR)**
PER LA SCUOLA SECONDARIA I° GRADO PRODOTTO PRESSO IL CENTRO COTTURA DI PIADENA

Cooperativa Sant'Anselmo
società Cooperativa Sociale Onlus

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**
- **Scritte in rosso: piatti unici inseriti nei singoli riquadri di matrice**

Contrassegnare con questo simbolo le preparazioni che utilizzano prodotti gelo

Prevedere almeno una volta alla settimana l'utilizzo di pasta integrale

***torta: a scelta tra quelle previste dal ricettario ATS Valpadana**

N.B.: Le impanature sono tutte senza uovo

	I settimana	II settimana	III settimana	IV settimana
Lun.	• Pasta con ragù di verdure • Frittata con i porri • Insalata mista invernale • Torta	• Pasta al sugo carote e cipolla • POLPETTE DI LEGUMI AL SUGO • Verdura cruda di stagione • Frutta fresca di stagione	• Pasta al forno con verdure di stagione, pisellini e mozzarella (PIATTO UNICO) • Carote al tegame • Frutta fresca di stagione	• Pizza margherita* (PIATTO UNICO) • Verdura cruda di stagione • Frutta fresca di stagione
Mar.				
Mer.	• Pasta al pomodoro • POLPETTE DI LEGUMI • Verdura cruda di stagione • Frutta fresca di stagione	• Pizza margherita* (PIATTO UNICO) • Insalata di carote, finocchi e arance • Frutta fresca di stagione • Torta	• POLENTA DI MAIS CON LENTICCHIE STUFATE AL POMODORO (PIATTO UNICO) • Insalata di carote, finocchi e arance • Frutta fresca di stagione	• Minestrone di verdura con pasta • POLPETTE DI LEGUMI • Patate al forno • Frutta fresca di stagione
Gio.				
Ven.				