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

Cooperativa Sant'Anselmo società Cooperativa Sociale Onlus — CERSA — UNI EN ISO 9001:2008 SGQ Certificato n. 1451

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.	• Risotto con la zucca • Cotoletta di platessa* • Carote e finocchi stufati • Frutta fresca di stagione	• Riso al rosmarino • Filetto di merluzzo* agli aromi • Verdure gratinate al forno • Frutta fresca di stagione	• Risotto con la zucca • Filetto di merluzzo* agli aromi • Carote e finocchi stufati • Frutta fresca di stagione	• Riso con ragù di verdure • Petto di pollo alla salvia • Verdure al vapore • Frutta fresca di stagione
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.	• Minestra di legumi con pastina • Coscette di pollo al forno • Purè di patate • Frutta fresca di stagione •	• Minestra d'orzo • Cotoletta di petto di pollo • Patate al forno • Frutta fresca di stagione	• Minestra di legumi con pastina • Scaloppina di petto di pollo al limone • Verdure al vapore • Frutta fresca di stagione	• Pasta al pomodoro • Crocchette di pesce* (senza uovo) • Verdure gratinate al forno • Frutta fresca di stagione
Ven.	• Pasta al pomodoro • Hamburgher di verdure con formaggio • Insalata mista invernale • Frutta fresca di stagione	• Pasta al sugo di pomodoro e olive • Crocchette di pesce (senza uovo) • Insalata mista invernale • Frutta fresca di stagione	• Pasta al sugo di verdure • Frittata con porri • Insalata mista invernale • Frutta fresca di stagione	• Pasta con olio EVO • Hamburgher di ceci • Insalata mista invernale • Frutta fresca di stagione