

		I settimana	II settimana	III settimana	IV settimana
<p><b>Il menù settimanale dovrà prevedere:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ L'acqua sempre disponibile</li> <li>✓ <b>Pane di semola di grano duro a basso contenuto di sale</b> servito al momento della somministrazione del secondo piatto</li> <li>✓ <b>Verdure crude</b> secondo stagionalità servite in apertura del pasto</li> <li>✓ <b>Verdure cotte</b> secondo stagionalità servite come contorno</li> <li>✓ <b>Frutta fresca</b> specifica per stagione optando per almeno <b>4 tipologie diverse la settimana</b></li> <li>✓ <b>Il Primo</b> scelto tra le proposte di preparazioni in brodo o asciutte (<b>alternando vari tipi di cereali: farro, orzo, miglio, pasta, riso...</b>)</li> <li>✓ <b>Il Secondo</b> scelto tra differenti matrici proteiche: <b>A)</b> pollo <b>B)</b> manzo o maiale <b>C)</b> pesce <b>D)</b> uova <b>E)</b> formaggio <b>F)</b> legumi</li> <li>✓ <b>Pesce almeno 1 volta a settimana</b></li> <li>✓ <b>Menu senza proteine animali: almeno una volta a settimana</b></li> <li>✓ <b>Il Piatto unico è una</b> proposta alternativa <b>a un menù che prevede primo e secondo</b></li> </ul> <p><u>Utilizzo della colorazione menù</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Sfondo giallo: piatti a base di pollo</b></li> <li>• <b>Sfondo rosso: piatti con carne rossa bovina/suina</b></li> <li>• <b>Scritte in blu: piatti con pesce.</b></li> <li>• <b>Scritte verdi: piatti con formaggio</b></li> <li>• <b>Sfondo giallo oro: piatti a base d'uova</b></li> <li>• <b>Sfondo verde: piatti vegetariani</b></li> <li>• <b>Sfondo turchese: piatti vegetariani senza latte e uova</b></li> <li>• <b>Scritte in rosso: piatti unici inseriti nei singoli riquadri di matrice</b></li> </ul> <p> <b>Contrassegnare con questo simbolo le preparazioni che utilizzano prodotti gelo</b> <b>Prevedere almeno una volta alla settimana l'utilizzo di pasta integrale</b> <b>*torta: a scelta tra quelle previste dal ricettario ATS Valpadana</b> <b>N.B.: Le impanature sono tutte senza uovo</b></p>	Lun.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta con ragù di verdure</li> <li>• Frittata con i porri</li> <li>• Insalata mista invernale</li> <li>• Torta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta al sugo carote e cipolla</li> <li>• <u>POLPETTE DI LEGUMI AL SUGO</u></li> <li>• Verdura cruda di stagione</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta al forno con verdure di stagione, pisellini e mozzarella (PIATTO UNICO)</li> <li>• Carote al tegame</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pizza margherita* (PIATTO UNICO)</li> <li>• Verdura cruda di stagione</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>
	Mar.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Risotto con la zucca</li> <li>• Cotoletta di platessa*</li> <li>• Carote e finocchi stufati</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Riso al rosmarino</li> <li>• Filetto di merluzzo* agli aromi</li> <li>• Verdure gratinate al forno</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Risotto con la zucca</li> <li>• Filetto di merluzzo* agli aromi</li> <li>• Carote e finocchi stufati</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Riso con ragù di verdure</li> <li>• Petto di pollo alla salvia</li> <li>• Verdure al vapore</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>
	Mer.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta al pomodoro</li> <li>• <u>POLPETTE DI LEGUMI</u></li> <li>• Verdura cruda di stagione</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pizza margherita* (PIATTO UNICO)</b></li> <li>• Insalata di carote, finocchi e arance</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> <li>• Torta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>POLENTA DI MAIS CON LENTICCHIE STUFATE AL POMODORO (PIATTO UNICO)</u></li> <li>• Insalata di carote, finocchi e arance</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Minestrone di verdura con pasta</li> <li>• <u>POLPETTE DI LEGUMI</u></li> <li>• Patate al forno</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>
	Gio.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Minestra di legumi con pastina</li> <li>• Coscette di pollo al forno</li> <li>• Purè di patate</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> <li>•</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Minestra d'orzo</li> <li>• Cotoletta di petto di pollo</li> <li>• Patate al forno</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Minestra di legumi con pastina</li> <li>• Scaloppina di petto di pollo al limone</li> <li>• Verdure al vapore</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta al pomodoro</li> <li>• <b>Crocchette di pesce* (senza uovo)</b></li> <li>• Verdure gratinate al forno</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>
	Ven.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta al pomodoro</li> <li>• Hamburger di verdure con formaggio</li> <li>• Insalata mista invernale</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta al sugo di pomodoro e olive</li> <li>• <b>Crocchette di pesce (senza uovo)</b></li> <li>• Insalata mista invernale</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta al sugo di verdure</li> <li>• Frittata con porri</li> <li>• Insalata mista invernale</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta con olio EVO</li> <li>• Hamburger di ceci</li> <li>• Insalata mista invernale</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>