

**Comune di Camerino**  
**REFEZIONE SCOLASTICA**  
**MENU' INVERNALE periodo ottobre-aprile**

1^ settimana	2^ settimana	3^ settimana	4^ settimana
<b>LUNEDI'</b>	<b>LUNEDI'</b>	<b>LUNEDI'</b>	<b>LUNEDI'</b>
PASTA OLIO E PARMIGIANO	RISOTTO ALLE VERDURE*	PASTA AL POMODORO	VELLUTATA DI LEGUMI (CECI, LENTICCHIE) E PATATE
PROSCIUTTO CRUDO O COTTO/BRESAOLA	FORMAGGIO MAGRO	HAMBURGER DI LEGUMI	
PISELLI E VERDURA DI STAGIONE	CAROTE	SPINACI ALL'OLIO E LIMONE*	VERDURA DI STAGIONE CRUDA
PANE BIANCO E INTEGRALE	PANE BIANCO E INTEGRALE	PANE BIANCO E INTEGRALE	PANE BIANCO E INTEGRALE
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE
<b>MARTEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>
PASTA FRESCA NON RIPIENA AL POMODORO	PASTA CON TONNO AL NATURALE	PASSATO DI VERDURE CON FARRO	PASTA OLIO E PARMIGIANO
FRITTATA	POLPETTE O SCHIACCIATE UOVA E BROCCOLI	ARISTA DI MAIALE AL LIMONE O ROSMARINO	FETTINE DI VITELLO PANATE
FINOCCHI*	ARANCE/FINOCCHI e OLIVE*	INSALATA	VERDURA DI STAGIONE COTTA
PANE BIANCO E INTEGRALE	PANE BIANCO E INTEGRALE	PANE BIANCO E INTEGRALE	PANE BIANCO E INTEGRALE
<b>FRUTTA FRESCA E DOLCE</b>	<b>FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</b>	<b>FRUTTA FRESCA E DOLCE</b>	<b>FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</b>
<b>MERCOLEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>
RISO ALLE VERDURE	RAVIOLI AL POMODORO	INSALATA DI FINOCCHI E MELE	ORZO AL POMODORO
POLPETTONE O POLPETTE AL POMODORO	PATATE ARROSTO**	LASAGNE ROSSE O BIANCHE	FRITTATINA CON VERDURE DI STAGIONE
CAROTE CRUDE*	INSALATA		FINOCCHI CRUDI*
PANE BIANCO E INTEGRALE	PANE BIANCO E INTEGRALE	PANE BIANCO E INTEGRALE	PANE BIANCO E INTEGRALE
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	<b>FRUTTA FRESCA E DOLCE</b>	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	<b>FRUTTA FRESCA E DOLCE</b>
<b>GIOVEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>
PASTA CON SUGO DI VERDURE	MINESTRA IN BRODO DI CARNE	CHITARRINE AL POMODORO	PASTA AL POMODORO
SPEZZATINO DI VITELLO O MAIALE CON SUGO	CARNE BOLLITA - HAMBURGER DI POLLO E TACCHINO** (MATERNA) o COSCI DI POLLO ARROSTO (PRIMARIA)	BASTONCINI DI PESCE	BOCCONCINI DI POLLO ALLA SALVIA**
SPINACI O BROCCOLI*	PATATE E CAROTE LESSE*	INSALATA	BROCCOLI O CAVOLI*
PANE BIANCO E INTEGRALE	PANE BIANCO E INTEGRALE	PANE BIANCO E INTEGRALE	PANE BIANCO E INTEGRALE
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE
<b>VENERDI'</b>	<b>VENERDI'</b>	<b>VENERDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
PASTA AL POMODORO	ZUPPA DI LEGUMI E CEREALI	PASTA AL PESTO	RISOTTO ALLA MILANESE
PESCE AL FORNO**	PESCE AL FORNO**	FORMAGGIO	PESCE ARROSTO**
INSALATA MISTA	FINOCCHI/CAROTE	CAVOLI*	INSALATA
PANE BIANCO E INTEGRALE	PANE BIANCO E INTEGRALE	PANE BIANCO E INTEGRALE	PANE BIANCO E INTEGRALE
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE
<b>NON SONO PREVISTI PIATTI ALTERNATIVI NE' AL PRIMO NE' AL SECONDO PIATTO SE NON IN PRESENZA DI CERTIFICATO MEDICO ATTESTANTE PATOLOGIE E/O INTOLLERANZE ALIMENTARI (es. diabete, favismo, celiachia, fenilchetonuria) E PER MOTIVI RELIGIOSI</b>			

LEGUMI: ceci, fagioli, lenticchie da alternare nel susseguirsi delle settimane

FORMAGGI MAGRI: ricotta di mucca, stracchino/crescenza, mozzarella, caciotta, galbanino

VERDURA DI STAGIONE- Ove non specificato si intende: finocchi, broccoli, zucca, spinaci, carciofi, cicoria, radicchio, rape, bietole

DOLCI: torta allo yogurt, ciambellone e crostata (marmellata o mele)

\* Ove la verdura indicata non sia reperibile per un dato giorno si fa salva la possibilità di sostituirla con altre verdure di stagione

\*\* Le pietanze non devono essere preconfezionate o preimpanate