



**SCUOLA PRIMARIA - INFANZIA**

**Maria Ausiliatrice Lodi**

**MENU' INVERNO 2019-2020**

da fine ottobre 2019 a fine marzo 2020



PELLEGRINI S.p.A.

	<b><u>PRIMA SETTIMANA</u></b>	<b><u>SECONDA SETTIMANA</u></b>	<b><u>TERZA SETTIMANA</u></b>	<b><u>QUARTA SETTIMANA</u></b>
<b><u>LUNEDÌ</u></b>	Pasta al pomodoro e basilico	Pasta integrale pomodoro aglio e origano	Mix di cereali al pomodoro	Riso e zucca
	Frittata con erbe aromatiche Carote e piselli Pane / frutta fresca	Frittata con verdure Misto di verdure crude Pane / frutta fresca	Tonno Cavolo cappuccio in insalata Pane / frutta fresca	Frittata Insalata verde Pane / frutta fresca
<b><u>MARTEDÌ</u></b>	Risotto alla zucca	Pasta al ragù di carne	Buffet di verdure e legumi	Pasta al sugo con piselli
	Lenticchie in umido Insalata mista Pane / frutta fresca	Lenticchie in umido Verdura cotta Pane / frutta fresca	Lasagna al ragù di carne Pane / frutta fresca	Arrosto di lonza Verdura cotta Pane / frutta fresca
<b><u>MERCOLEDÌ</u></b>	Pasta con besciamella e zafferano	Risotto alla Parmigiana	Passato di legumi con pasta	Crema di verdura e legumi con cereali misti
	<b>Filetto di pesce (sogliola) al forno</b> <b>Cavolo cappuccio in insalata</b> <b>Buffet di verdure e legumi</b> <b>Pizza Margherita</b> Pane / frutta fresca	Filetto di pesce al forno Zucchine saltate Pane / frutta fresca	<b>Grana in scaglie/Raspadura</b> <b>Sogliola al forno</b> Patate Pane / frutta fresca	Tortino/Polpette di pesce Misto di verdure crude Pane / frutta fresca
<b><u>GIOVEDÌ</u></b>	Macinata in padella con polenta	Arrosto di vitello con purè	Riso agli aromi	Risotto allo zafferano
	Spinaci/Cavolfiore Pane / frutta fresca	Carote cotte/broccoli Pane / frutta fresca	Legumi all'olio e rosmarino Fagiolini all'olio Pane / frutta fresca	Formaggio Carote olio e limone Pane / frutta fresca
<b><u>VENERDÌ</u></b>	Pasta con besciamella e zafferano	Pasta al pesto	Pasta al sugo di verdure	Pasta al ragù di pesce
	<b>Filetto di pesce (sogliola) al forno</b> <b>Cavolo cappuccio in insalata</b> <b>Buffet di verdure e legumi</b> <b>Pizza Margherita</b> Pane 5 cereali / frutta fresca	Bocconcini di pesce Finocchi Pane 5 cereali / frutta fresca	<b>Sogliola al forno</b> <b>Grana in scaglie/Raspadura</b> Pomodori e mais Pane 5 cereali / frutta fresca	Lenticchie in umido Verdura di stagione Pane 5 cereali / frutta fresca

**NOTE:**

il pane è previsto a ridotto contenuto di sodio (<1,7% di sale) e viene servito dopo il primo piatto  
è previsto il solo utilizzo di sale iodato in quantità ridotta come da Linee Guida  
NON è previsto l'utilizzo di glutammato monosodico nelle preparazioni  
Frutta fresca ogni pasto con almeno tre tipologie di frutta di stagione

**Servizio Dietetico**  
**Dr.ssa Stefania Gerosa**