

MENU' INVERNALE INFANZIA PRIMARIA SECONDARIA IN VIGORE DA LUNEDÌ 27.10.25 CON LA PRIMA SETTIMANA - VEGANO

	<i>LUNEDÌ</i>	<i>MARTEDÌ</i>	<i>MERCOLEDÌ</i>	<i>GIOVEDÌ</i>	<i>VENERDÌ</i>
1^ sett. dal 27/10 al 31/10 dal 01/12 al 05/12 dal 05/01 al 09/01 dal 09/02 al 13/02	Pasta integrale al ragu' di verdure* 1,6,9 no fo Hamburger vegano Carote julienne Frutta fresca Pane integrale 1	Passato di verdura* con farro 1,9,12 no fo Polpette vegane Patate lesse Frutta fresca Pane 1	Pasta olio e salvia 1 no fo Lenticchie in umido 1,9 Finocchi all'olio* Frutta fresca Pane 1	Risotto al pomodoro no formaggio Hamburger vegano Insalata verde Frutta fresca Pane integrale 1	Pasta al pomodoro 1 no fo Legumi misti 1 Fagiolini all'olio* Frutta fresca Pane 1
2^ sett. dal 03/11 al 07/11 dal 08/12 al 12/12 dal 12/01 al 16/01 dal 16/02 al 20/02	Tortiglioni al pomodoro 1,6,9 no fo Hamburger vegano Erbette* all 'olio Frutta fresca Pane integrale 1	Pastina in brodo vegetale 1,6,9 no fo Legumi misti 1 Patate al vapore* Yogurt di soia Pane 1	Risotto allo zafferano no formaggio Polpette vegane Carotine* all'olio Frutta fresca Pane 1	Pasta al pomodoro e lenticchie 1,9 no fo hamburger vegano Insalata rossa e verde Frutta fresca Pane integrale 1	Pasta al pesto di zucchine*1 Legumi misti 1 Insalata mista Frutta fresca Pane 1
3^ sett. dal 10/11 al 14/11 dal 15/12 al 19/12 dal 19/01 al 23/01 dal 23/02 al 27/02	Pasta integrale al pomodoro 1,6,9 hamburger vegano Zucchine* all'olio Frutta fresca Pane integrale 1	Vellutata di piselli con riso legumi misti 1 Patate al vapore* Frutta fresca Pane 1	Lenticchie in umido 1,9 Pizza rossa Insalata mista Frutta fresca Grissini 1,6	Riso all'olio Tortino di legumi no uovo no formaggio Carote filo Frutta fresca Pane integrale 1	Crema di ceci con tubetti integrali 1,9,12 polpette vegane Erbette*all'olio Budino no latte Pane 1
4^ sett. dal 17/11 al 21/11 dal 22/12 al 26/12 dal 26/01 al 30/01 dal 02/03 al 06/03	Passato di verdura* con farro 1,9,12 hamburger vegano Patate vapore* Frutta fresca Pane integrale 1	Pasta integrale al pomodoro 1,6,9 legumi misti 1 Cavolfiori all'olio* Frutta fresca Pane 1	Pasta al pomodoro polpette vegane insalata mista Frutta fresca Pane 1	Pasta integrale con pomodoro e melanzane* 1,6,9 Piselli* saltati Carote all'olio Frutta fresca Pane integrale 1	Risotto alla zucca no formaggio hamburger vegano Fagiolini*all'olio Frutta fresca Pane 1
5^ sett dal 24/11 al 28/11 dal 29/12 al 02/01 dal 02/02 al 06/02 dal 09/03 al 13/03	Lenticchie in umido 1, 9 Pizza rossa Insalata mista Frutta fresca Grissini 1,6	Passato di verdura* con orzo 1,9,12 hamburger vegano Carote julienne Frutta fresca Pane 1	Gnocchi al pomodoro 1,9,12,13 legumi misti 1 Insalata verde Frutta fresca Pane 1	Crema di legumi* con riso polpette vegane Fagiolini* all'olio Frutta fresca Pane integrale 1	Pasta integrale alla crema di zafferano 1,6,7 Legumi misti 1 Erbette*all'olio Frutta fresca Pane 1
OGNI EVENTUALE VARIAZIONE DELLE PORTATE MENU, FORMALMENTE ADOTTATA IN CORSO D'ANNO, SARA' PARIMENTI AGGIORNATA NEI MENU PUBBLICATI SUL SITO ISTITUZIONALE DEL COMUNE			*I PIATTI SEGNATI CON L'ASTERISCO POSSONO CONTENERE INGREDIENTI CONGELATI E/ O SURGELATI ALL'ORIGINE I NUMERI SONO GLI ALLERGENI		

LISTA ALLERGENI: 1) CEREALI CONTENENTI GLUTINE: GRANO, SEGALE, ORZO, AVENA, FARRO, KAMUT O I LORO IBRIDATI O PRODOTTI DERIVATI. 2) CROSTACEI E PRODOTTI A BASE DI CROSTACEI 3) UOVA E PRODOTTI A BASE DI UOVA 4) PESCE E PRODOTTI A BASE DI PESCE 5) ARACHIDI E PRODOTTI A BASE DI ARACHIDI 6) SOIA E PRODOTTI A BASE DI SOIA 7) LATTE E PRODOTTI A BASE DI LATTE 8) FRUTTA A GUSCIO: MANDORLE, NOCCIOLE, NOCI, PISTACCHI 9) SEDANO E PRODOTTI A BASE DI SEDANO 10) SENAPE E DERIVATI 11) SEMI DI SESAMO PRODOTTI A BASE DI SEMI DI SESAMO 12) ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI 13) LUPINI E DERIVATI 14) MOLLUSCHI E PRODOTTI A BASE DI MOLLUSCHI

Attenzione: questo menu non apporta vitamina B12 che dovrà essere integrata a cura della famiglia. Il menu potrebbe essere carente anche di ferro, calcio, zinco e vitamina D, nutrienti per il quale si consiglia un attento monitoraggio e negli altri pasti giornalieri