

# MENU' INVERNALE SCUOLE SETTIMO TORINESE – ANNO SCOLASTICO 2020-21

## DIETA PER GASTRITE: PRIVA DI POMODORO, AGRUMI, THE', CIOCCOLATO E BRODO DI CARNE

ALUNNO \_\_\_\_\_ SCUOLA \_\_\_\_\_ CLASSE \_\_\_\_\_

SCUOLE DELL'INFANZIA – PRIMARIE – MEDIE INFERIORI

La merenda è prevista per gli allievi delle scuole dell'infanzia

	<b>PRIMA SETTIMANA</b>	<b>SECONDA SETTIMANA</b>	<b>TERZA SETTIMANA</b>	<b>QUARTA SETTIMANA</b>	<b>QUINTA SETTIMANA</b>
LUNEDI'	Risotto allo zafferano Petto di tacchino impanato Carote rapè Pane <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>	<b>Tagliatelle all'olio</b> Formaggio Fagiolini all'olio Pane <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>	<b>Pasta olio e salvia</b> Mozzarella e prosciutto cotto Carote al forno Pane <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>	Crema di porri con pastina Hamburger di bovino ai ferri/formaggio/ <b>NO salsa ketchup</b> Insalata verde Pane per hamburger <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>	<b>Focaccia bianca</b> Formaggio tipo philadelphia Carote all'olio Grissini <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>
	Merenda: yogurt alla frutta	Merenda: Yogurt alla frutta	Merenda: pane e <b>marmellata</b>	Merenda: latte con fette biscottate	Merenda: Mousse di frutta
MARTEDI'	Pasta alla ricotta Omelette di spinaci Piselli all'olio Pane <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>	<b>Raviolini del Plin di magro all'olio</b> Petto di tacchino impanato Finocchi in insalata Pane <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>	Pasta ai formaggi Arrosto di tacchino Finocchi in insalata Pane <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>	Pasta burro e salvia <b>Salsiccia di suino (no pomodoro)</b> Carote al forno Pane <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>	<b>Pasta all'olio</b> Rustichella di pollo al forno Costine olio e parmigiano Pane <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>
	Merenda: succo di frutta e crackers	Merenda: pane e <b>marmellata</b>	Merenda: succo di frutta e fette biscottate	Merenda: <b>Budino alla vaniglia</b>	Merenda: pane e marmellata
MERCOLEDI'	<b>Pasta olio e salvia</b> Prosciutto cotto Insalata verde Pane <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>	Pasta burro e salvia <b>Spezzatino di manzo in bianco</b> Piselli all'olio Pane <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>	Passato di zucca con riso <b>Svizzera di vitello al vapore</b> Purea di patate Pane <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>	Vellutata di carote con riso Straccetti di pollo impanati al forno Spinaci all'olio Pane <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>	Riso allo zafferano Arrosto di bovino <b>Piselli all'olio</b> Pane <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>
	Merenda: latte e corn-flakes	Merenda: Focaccia	Merenda: budino alla vaniglia	Merenda: yogurt alla frutta	Merenda: Focaccia
GIOVEDI'	Passato di zucca con riso Formaggio: primo sale Patate al forno Pane <b>Budino alla vaniglia</b>	Crema di fagioli con pasta <b>Sovracoscia di pollo al forno</b> Patate al forno Pane Ananas	<b>Pasta al pesto</b> Prosciutto cotto Insalata verde Pane <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>	<b>Tagliatelle all'olio</b> Frittata di patate Fagiolini all'olio Pane Dolce di pastafrolla	Passato di legumi con riso Sfornato di verdure Patate al forno Pane <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>
	Merenda: banana	Merenda: latte con i biscotti	Merenda: <b>succo di frutta con fette biscottate</b>	Merenda: <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>	Merenda: latte con i biscotti
VENERDI'	<b>Penne all'olio</b> Bastoncini di pesce Purea colorata (patate e carote) Pane <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>	<b>Riso all'olio</b> Tonno all'olio Insalata verde Pane Dolce tipo muffin	<b>Orecchiette all'olio</b> Omelette con zucchine Patate al forno Pane <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>	<b>Fusilli al pesto</b> Bastoncini di pesce Patate al forno Pane Budino alla vaniglia	<b>Pasta all'olio</b> Tonno all'olio Insalata verde e carote Pane Yogurt alla frutta
	Merenda: pane e marmellata	Merenda: banana	Merenda: succo di frutta e biscotti canestrelli di pastafrolla	Merenda: <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>	Merenda: banana

NB: Non aggiungere limone in nessuna preparazione

# MENU' ESTIVO SCUOLE SETTIMO TORINESE – ANNO SCOLASTICO 2020-21

## DIETA PER GASTRITE: PRIVA DI POMODORO, AGRUMI, THE', CIOCCOLATO E BRODO DI CARNE

ALUNNO \_\_\_\_\_ SCUOLA \_\_\_\_\_ CLASSE \_\_\_\_\_

SCUOLE DELL'INFANZIA – PRIMARIE - MEDIE INFERIORI

La merenda è prevista per gli allievi delle scuole dell'infanzia

	<b>PRIMA SETTIMANA</b>	<b>SECONDA SETTIMANA</b>	<b>TERZA SETTIMANA</b>	<b>QUARTA SETTIMANA</b>	<b>QUINTA SETTIMANA</b>
LUNEDI'	<b>Tagliatelle all'olio</b> Formaggio tipo philadelphia <b>Insalata verde</b> Cracker integrali <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>  Merenda: pane e marmellata	<b>Fusilli con zucchine (no pomodoro)</b> <b>Polpette di vitello (no pomodoro)</b> Spinaci all'olio Pane <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>  Merenda: pane e marmellata	Focaccia <b>Arrosto di tacchino (solo olio)</b> Carote in insalata Grissini Budino alla vaniglia  Merenda: succo di frutta e crackers	<b>Pasta all'olio</b> Tacchino impanato Spinaci saltati all'olio Pane <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>  Merenda: pane e marmellata	Passato di verdura con orzo Cotoletta di lonza alla milanese Fagiolini in insalata Pane <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>  Merenda: yogurt alla frutta
MARTEDI'	Riso allo zafferano <b>Sovracoscia di pollo al forno</b> Fagiolini saltati all'olio Pane Yogurt alla frutta  Merenda: banana	<b>Pasta all'olio</b> Spiedini di pollo e tacchino Insalata verde Pane Ananas  Merenda: Merenda tipo muffin	Riso agli aromi Formaggio: primo sale o robiola Zucchine olio e parmigiano Pane <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>  Merenda: yogurt alla frutta	Riso allo zafferano Prosciutto cotto e mozzarella Insalata mista Pane <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>  Merenda: yogurt alla frutta	<b>Orecchiette all'olio</b> Sformato di zucchine e menta Insalata verde Pane <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>  Merenda: pane e marmellata
MERCOLEDI'	<b>Raviolini/Agnolotti di magro all'olio</b> <b>Arrosto di tacchino (solo olio)</b> Insalata verde Pane <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>  Merenda: latte e corn-flakes	Riso agli aromi Frittata di carote Zucchine all'olio Pane <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>  Merenda: succo di frutta e biscotti canestrelli	<b>Pasta (no tricolore) all'olio</b> e parmigiano Rustichella di pollo al forno Spinaci all'olio Pane <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>  Merenda: latte e biscotti canestrelli	Crespelle di ricotta e spinaci <b>Manzo affumicato (solo olio)</b> Insalata verde Pane <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>  Merenda: focaccia	<b>Focaccia bianca</b> Mozzarella Zucchine primavera Grissini <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>  Merenda: banana
GIOVEDI'	Riso olio e parmigiano Omelette di zucchine Piselli all'olio aromatizzato Pane <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>  Merenda: succo di frutta e fette biscottate	<b>Focaccia bianca</b> Mozzarella Insalata verde Grissini <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>  Merenda: pane e marmellata	<b>Tagliatelle al pesto</b> Hamburger arcobaleno Insalata verde Grissini Budino alla vaniglia  Merenda: banana	<b>Penne all'olio</b> <b>Sovracoscia di pollo al forno</b> Patate al forno Pane <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>  Merenda: budino alla vaniglia	Pasta alla ricotta Straccetti di pollo impanati al forno <b>Insalata di carote</b> Grissini <b>Frutta di stagione (no agrumi)</b>  Merenda: succo di frutta e crackers
VENERDI'	Trenette al pesto Bastoncini di pesce Patate al forno Pane <b>Mousse di frutta</b>  Merenda: yogurt alla frutta	Mezze penne in bianco Tonno all'olio <b>Insalata di carote</b> Pane <b>Mousse di frutta</b>  Merenda: succo di frutta e fette biscottate	<b>Riso all'olio</b> Platessa dorata (no maionese) <b>Insalata verde e olive</b> Pane <b>Mousse di frutta</b>  Merenda: budino alla vaniglia	<b>Pasta al sugo di melanzane (no pomodoro)</b> Bastoncini di pesce <b>Insalata verde e olive</b> Pane <b>Mousse di frutta</b>  Merenda: Frutta di stagione (no agrumi)	<b>Riso all'olio</b> e parmigiano Tonno all'olio Patate al forno Pane <b>Mousse di frutta</b>  Merenda: Frutta di stagione (no agrumi)

NB: Non aggiungere limone in nessuna preparazione