

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

DIETA PRIVA DI CARNE

ALUNNO _____ SCUOLA _____ CLASSE _____

SCUOLE DELL'INFANZIA – PRIMARIE – MEDIE INFERIORI

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

	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA	QUINTA SETTIMANA
LUNEDI'	Risotto allo zafferano Formaggio: stracchino Carote rapè Pane Frutta di stagione Merenda: yogurt alla frutta	Tagliatelle al pomodoro Formaggio Fagiolini all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: Yogurt alla frutta	Pasta al pomodoro Mozzarella Carote al forno Pane Frutta di stagione Merenda: pane e cioccolato	Crema di porri con pastina Hamburger di ceci ai ferri /formaggio/salsa ketchup Insalata verde Pane per hamburger Frutta di stagione Merenda: latte con fette biscottate	Pizza al pomodoro Formaggio tipo philadelphia Carote all'olio Grissini Frutta di stagione Merenda: Mousse di frutta
MARTEDI'	Pasta alla ricotta Omelette di spinaci Piselli all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: succo di frutta e crackers	Raviolini del Plin di magro al pomodoro Platessa olio e limone Finocchi in insalata Pane Frutta di stagione Merenda: pane e cioccolato	Pasta ai formaggi Merluzzo olio e limone Finocchi in insalata Pane Frutta di stagione Merenda: succo di frutta e fette biscottate	Pasta burro e salvia Formaggio stagionato Carote al forno Pane Frutta di stagione Merenda: budino al cioccolato	Pasta al ragu' vegetale Merluzzo in umido Costine olio e parmigiano Pane Frutta di stagione Merenda: pane e marmellata
MERCOLEDI'	Pasta al pomodoro Merluzzo olio e limone Insalata verde Pane Frutta di stagione Merenda: latte e corn-flakes	Pasta burro e salvia Uovo sodo Piselli all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: Focaccia	Passato di zucca con riso Uovo sodo Purea di patate Pane Frutta di stagione Merenda: budino alla vaniglia	Vellutata di carote con riso Tonno sott'olio Spinaci all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: yogurt alla frutta	Riso allo zafferano Formaggio stagionato Piselli in umido Pane Frutta di stagione Merenda: Focaccia
GIOVEDI'	Passato di zucca con riso Formaggio: primo sale Patate al forno Pane Budino al cioccolato Merenda: banana	Crema di fagioli con pasta Formaggio stagionato Patate al forno Pane Ananas Merenda: latte con i biscotti	Pasta al pomodoro Tonno sott'olio Insalata verde Pane Frutta di stagione Merenda: latte al cacao e fette biscottate	Tagliatelle al pomodoro Frittata di patate Fagiolini all'olio Pane Dolce di pastafrolla Merenda: Frutta di stagione	Passato di legumi con riso Sfornato di verdure Patate al forno Pane Frutta di stagione Merenda: latte con i biscotti
VENERDI'	Penne al pomodoro Bastoncini di pesce Purea colorata (patate e carote) Pane Frutta di stagione Merenda: pane e marmellata	Riso al pomodoro Tonno all'olio Insalata verde Pane Dolce tipo muffin Merenda: banana	Orecchiette al pomodoro Omelette con zucchine Patate al forno Pane Frutta di stagione Merenda: succo di frutta e biscotti canestrelli di pastafrolla	Fusilli al sugo tricolore Bastoncini di pesce Patate al forno Pane Budino alla vaniglia Merenda: Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Tonno all'olio Insalata verde e carote Pane Yogurt alla furta Merenda: banana

MENU ESTIVO SCUOLE SETTIMO TORINESE - ANNO SCOLASTICO 2020-21

DIETA PRIVA DI CARNE

ALUNNO _____ SCUOLA _____ CLASSE _____

SCUOLE DELL'INFANZIA – PRIMARIE - MEDIE INFERIORI

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

	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA	QUINTA SETTIMANA
LUNEDI'	Tagliatelle al pomodoro Formaggio tipo philadelphia Insalata di pomodori Cracker integrali Frutta di stagione Merenda: pane e marmellata	Fusilli con zucchine Merluzzo in umido Spinaci all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: pane e marmellata	Focaccia Tonno sott'olio Carote in insalata Grissini Budino alla vaniglia Merenda: succo di frutta e crackers	Pasta pomodoro e basilico Plattessa olio e limone Spinaci saltati all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: pane e cioccolato	Passato di verdura con orzo Merluzzo olio e limone Fagiolini in insalata Pane Frutta di stagione Merenda: yogurt alla frutta
MARTEDI'	Riso allo zafferano Tonno all'olio Fagiolini saltati all'olio Pane Yogurt alla frutta Merenda: banana	Pasta al pomodoro Formaggio stagionato Insalata verde Pane Ananas Merenda: Merenda tipo muffin	Riso agli aromi Formaggio: primo sale o robiola Zucchine olio e parmigiano Pane Frutta di stagione Merenda: yogurt alla frutta	Riso allo zafferano Mozzarella Insalata mista Pane Frutta di stagione Merenda: yogurt alla frutta	Orecchiette al pomodoro Sformato di zucchine e menta Insalata verde Pane Frutta di stagione Merenda: pane e marmellata
MERCOLEDI'	Raviolini/Agnolotti di magro al pomodoro Formaggio stagionato Insalata verde Pane Frutta di stagione Merenda: latte e corn-flakes	Riso agli aromi Frittata di carote Zucchine all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: succo di frutta e biscotti canestrelli	Pasta tricolore olio e parmigiano Uovo sodo Spinaci all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: latte e biscotti canestrelli	Crespelle di ricotta e spinaci Formaggio stagionato Insalata verde Pane Frutta di stagione Merenda: focaccia	Pizza al pomodoro Mozzarella Zucchine primavera Grissini Frutta di stagione Merenda: banana
GIOVEDI'	Riso olio e parmigiano Omelette di zucchine Piselli all'olio aromatizzato Pane Frutta di stagione Merenda: succo di frutta e fette biscottate	Pizza rossa Mozzarella Insalata verde Grissini Frutta di stagione Merenda: pane e cioccolato	Tagliatelle al pomodoro Ceci all'olio Insalata verde Grissini Budino al cioccolato Merenda: banana	Penne al pomodoro Frittata di zucchine Patate al forno Pane Frutta di stagione Merenda: budino al cioccolato	Pasta alla ricotta Uovo sodo con maionese Insalata di pomodori Grissini Frutta di stagione Merenda: succo di frutta e crackers
VENERDI'	Trenette al pesto Bastoncini di pesce Patate al forno Pane Gelato vaniglia/cacao Merenda: yogurt alla frutta	Mezze penne in bianco Tonno all'olio Insalata di pomodori Pane Gelato vaniglia/cacao Merenda: latte al cacao e fette biscottate	Riso al pomodoro Plattessa dorata con maionese Insalata di pomodori e olive Pane Gelato vaniglia/cacao Merenda: budino alla vaniglia	Pasta al sugo di melanzane Bastoncini di pesce Insalata di pomodori e olive Pane Gelato vaniglia/cacao Merenda: frutta di stagione	Risotto olio e parmigiano Tonno all'olio Patate al forno Pane Gelato vaniglia/cacao Merenda: frutta di stagione