

**Prima Settimana:**

<i>Lunedì</i>	<i>Martedì</i>	<i>Mercoledì</i>	<i>Giovedì</i>	<i>Venerdì</i>
Passato di fagioli o ceci con pasta o crostini A1-A6	Risotto allo zafferano A1	Lasagne al forno A1-A3-A6-A10	Pizza Margherita A1-A10	Gnocchi di patate o pasta al Pomodoro A1
Bocconcini di petto di pollo agli aromi	Uovo (frittata, strapazzato o sodo) A3	Mezza porzione di formaggi tenero tipo dolce sardo o mozzarella o peretta sarda A10	Prosciutto di tacchino A12	Merluzzo al forno A2
Patate al forno	Carote al vapore	Insalata verde di stagione	Insalata verde di stagione	Insalata mista di stagione
Pane A1	Pane A1	Pane A1	Pane A1	Pane A1
Frutta di stagione	Budino A10	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione

**Seconda Settimana:**

<i>Lunedì</i>	<i>Martedì</i>	<i>Mercoledì</i>	<i>Giovedì</i>	<i>Venerdì</i>
Passato di lenticchie con pastina, crostini o orzo A1-A6	Gnocchetti sardi al pomodoro A1	Pasta olio burro e granapadano A1-A10	Ravioli di ricotta e Spinaci al pomodoro A1-A10	Risotto al pomodoro A1
Fettine di vitellone alla pizzaiola A10	Frittata con spinaci o bietole o uovo (frittata, strapazzato o sodo) A3	Cosce di pollo arrosto	Formaggio tenero tipo dolce sardo o mozzarella operetta sarda A10	Polpette di pesce al forno A1-A3
Bietole o spinaci all'agro	Carote a fiammifero con succo di limone	Fagiolini lessi	Insalata mista di stagione	Pure' di patate A10
Pane A1	Pane A1	Pane A1	Pane A1	Pane A1
Frutta di stagione	Budino A10	Yogurt alla frutta A10	Frutta di stagione	Frutta di stagione

**RIFERIMENTO ALLERGENI:**

A1: Cereali/pasta con glutine  
A2: Crostacei  
A3: Uovo  
A4: Pesce  
A5: Arachidi e derivati  
A6: Sedano  
A7: Senape  
A8: Frutta a guscio  
A9: Soia

A10: Latte e derivati  
A11: Frutta a guscio  
A12: Anidride Solforosa  
A13: Lupini  
A14: Molluschi



Dietista del S.I.A.N.

(Servizio Igiene Alimentare e Nutrizione)

Dot. ssa Maria Grazia Milia

### Terza Settimana:

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Risotto alle verdure di stagione/zafferano A1-A3	Pasta al ragu' A1-A6	Passato di verdure di stagione con crostini A1-A6	Gnocchetti sardi al pomodoro A1	Pizza margherita A1-A10
Bocconcini di pollo agli aromi A3	Caprese A10	Cosce di pollo al forno	Polpette di pesce al forno o filetto di platessa impanato A2-A3-A10	Prosciutto di tacchino A12
Fagiolini all'olio	-	Patate arrosto	Bietoline lesse all'olio	Insalata di pomodori o insalata mista di stagione
Pane A1	Pane A1	Pane A1	Pane A1	Pane A1
Yogurt alla frutta A10	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione

### Quarta Settimana:

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Crema di ceci o passato di lenticchie con crostini A1-A6	Pasta con pesto di zucchine A1-A6	Lasagne al forno A1-A3-A6-A10	Riso al pomodoro A1	Pasta olio, burro e granapadano A1-A10
Arrosto di lonza di maiale	Filetti di nasello panati al forno A2-A3	Mezza porzione formaggio tenero tipo dolce sardo o mozzarella o peretta sarda A10	Omelette con formaggio A3-A10	Cotoletta di pollo al forno A3
Patate arrosto	Carote a fiammifero con succo di limone	Insalata mista di stagione	Insalata mista di stagione	Fagiolini al vapore o insalata di pomodori
Pane A1	Pane A1	Pane A1	Pane A1	Pane A1
Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta di stagione	Budino A10

#### RIFERIMENTO ALLERGENI:

A1: Cereali/pasta con glutine  
A2: Crostacei  
A3: Uovo  
A4: Pesce  
A5: Arachidi e derivati  
A6: Sedano  
A7: Senape  
A8: Frutta a guscio  
A9: Soia

A10: Latte e derivati  
A11: Frutta a guscio  
A12: Anidride Solforosa  
A13: Lupini  
A14: Molluschi



**Dietista del S.I.A.N.**

(Servizio Igienico Alimentare e Nutrizionale)

*Dott.ssa Maria Grazia Milia*

*[Firma]*



# MENU' PRIMAVERA ESTATE - COMUNE DI VALLEDORIA - SCUOLE DELL'INFANZIA E PRIMARIA

## Prima Settimana:

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Pasta al pomodoro e basilico A1	Passato di verdure di stagione A1-A6	Insalata di pasta mediterranea A1-A10	Pizza Margherita A1-A10	Risotto alla parmigiana A1-A10
Frittata di zucchine o melanzane al forno A3	Filetti di nasello panati al Forno A2-A3	Fettine di vitellone alla pizzaiola A10	Filetti di tonno A2	Polpette di vitellone al forno A1-A3-A10
Carote crude a fiammifero	Patate al forno	Verdure fresche di stagione	Fagiolini al vapore	Carote al vapore
Pane A1	Pane A1	Pane A1	Pane A1	Pane A1
Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Yogurt alla frutta A10	Frutta fresca di stagione	Budino A10

## Seconda Settimana:

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Pasta olio, burro e grana padano A1-A10	Fusilli freddi (pomodorini, olive e zucchine) A1	Ravioli di ricotta e verdura A1-A10	Gnocchi di patate al pomodoro o pasta al Pomodoro A1	Pasta al pesto A1
Arrosto di tacchino agli aromi o polpette di verdure (zucchine, melanzane) A1-A3-A10	Polpette di pesce al forno A2-A3	Uovo (frittata, strapazzato o sodo) A3	-	Scaloppine di maiale al limone
Insalata verde di stagione	Insalata di pomodori e cetrioli	Insalata verde di stagione	Caprese A10	Spinaci all'agro
Pane A1	Pane A1	Pane A1	Pane A1	Pane A1
Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Yogurt alla frutta A10	Budino A10

### REFERIMENTO ALLERGENI:

A1: Cereali/pasta con glutine  
A2: Crostacei  
A3: Uovo  
A4: Pesce  
A5: Arachidi e derivati  
A6: Sèdano  
A7: Senape  
A8: Frutta a guscio  
A9: Soia

A10: Latte e derivati  
A11: Frutta a guscio  
A12: Anidride Solforosa  
A13: Lupini  
A14: Molluschi



Dietista del S.I.A.N.

(Servizio Igienico Alimentare e Nutrizionale)

Dr.ssa Maria Grazia Milia

*[Handwritten signature]*

### Terza Settimana:

<i>Lunedì</i>	<i>Martedì</i>	<i>Mercoledì</i>	<i>Giovedì</i>	<i>Venerdì</i>
Risotto alle verdure di stagione/zafferano <b>A1-A3</b>	Pasta al ragu' <b>A1-A6</b>	Passato di verdure di stagione con crostini <b>A1-A6</b>	Gnocchetti sardi al pomodoro <b>A1</b>	Pizza margherita <b>A1-A10</b>
Bocconcini di pollo agli aromi <b>A3</b>	Caprese <b>A10</b>	Cosce di pollo al forno	Polpette di pesce al forno o filetto di platessa impanato <b>A2-A3-A10</b>	Prosciutto di tacchino <b>A12</b>
Fagiolini all'olio	-	Patate arrosto	Bietoline lesse all'olio	Insalata di pomodori o insalata mista di stagione
Pane <b>A1</b>	Pane <b>A1</b>	Pane <b>A1</b>	Pane <b>A1</b>	Pane <b>A1</b>
Yogurt alla frutta <b>A10</b>	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione

### Quarta Settimana:

<i>Lunedì</i>	<i>Martedì</i>	<i>Mercoledì</i>	<i>Giovedì</i>	<i>Venerdì</i>
Crema di ceci o passato di lenticchie con crostini <b>A1-A6</b>	Pasta con pesto di zucchine <b>A1-A6</b>	Lasagne al forno <b>A1-A3-A6-A10</b>	Riso al pomodoro <b>A1</b>	Pasta olio, burro e granapadano <b>A1-A10</b>
Arrosto di lonza di maiale	Filetti di nasello panati al forno <b>A2-A3</b>	Mezza porzione formaggio tenero tipo dolce sardo o mozzarella o peretta sarda <b>A10</b>	Omelette con formaggio <b>A3-A10</b>	Cotoletta di pollo al forno <b>A3</b>
Patate arrosto	Carote a fiammifero con succo di limone	Insalata mista di stagione	Insalata mista di stagione	Fagiolini al vapore o insalata di pomodori
Pane <b>A1</b>	Pane <b>A1</b>	Pane <b>A1</b>	Pane <b>A1</b>	Pane <b>A1</b>
Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta di stagione	Budino <b>A10</b>

#### **RIFERIMENTO ALLERGENI:**

**A1:** Cereali/pasta con glutine

**A2:** Crostacei

**A3:** Uovo

**A4:** Pesce

**A5:** Arachidi e derivati

**A6:** Sedano

**A7:** Senape

**A8:** Frutta a guscio

**A9:** Soia

**A10:** Latte e derivati

**A11:** Frutta a guscio

**A12:** Anidride Solforosa

**A13:** Lupini

**A14:** Molluschi