MENSE SCOLASTICHE COMUNE DELLA CITTA' DI CHIUSI

MENU INVERNALE - OTTOBRE, NOVEMBRE, DICEMBRE, GENNAIO, FEBBRAIO, MARZO -

DR. FEDERICA MENNILLO BIOLOGA NUTRIZIONISTA

CIRFOOD

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
1ª settimana	Minestrone di verdure con miglio (passato per nido e primaria) Arista di maiale al forno Spinaci all'olio	Pici al pomodoro Merluzzo in forno impanato o polpette di merluzzo Carote in padella	Crostone pomodoro e formaggio o pasta integrale al pomodoro Mozzarella o ricotta (nido) Insalata e finocchi O Finocchi lessi (nido)	Pasta al pesto di cavolo nero e mandorle Rotolo di Tacchino in forno con salvia e rosmarino Purè di cavolfiore	Risotto alla zucca gialla e porri Polpette di lenticchie arancioni decorticate con salsa Fagiolini all'olio
2ª settimana	Gnocchi al pomodoro o pasta (Nido) Platessa gratinata o Hamburger di merluzzo Carote crude alla julienne O Contorno cotto (nido)	Risotto con carote e Parmigiano Formaggio: mozzarella o stracchino o primo sale o ricotta Insalata mista o verde o contorno cotto (Nido)	Pasta pomodoro e ricotta Frittata Piselli	Lasagne al ragù d chianina Patate e carote	Vellutata di zucca gialla con pastina Pollo arrosto Bietole in padella
3ª settimana	Pasta integrale al pomodoro Merluzzo gratinato o polpette di merluzzo Fagiolini	Pasta al pesto di broccoli e noci Scaloppina/bocconcini di tacchino al limone Finocchi crudi o Contorno cotto (nido)	Crema di ceci o legumi con cereali (riso/riso integrale/farro /orzo) Formaggio: mozzarella o stracchino o primo sale o ricotta Carote cotte all'olio	Ravioli ricotta e spinaci con olio e salvia Polpette di miglio e verdure con salsa Piselli	Passato di verdure con riso Spezzatino/Hamburger di vitellone (chianina) Spinaci all'olio
4ª settimana	Pasta tipo caserecce con ragù di lenticchie Rotolo di tacchino in forno con salvia e rosmarino Carote crude alla julienne	Risotto al Parmigiano Uova sode con salsa o frittata Purè di patate	Pasta integrale al pomodoro Platessa gratinata o Hamburger di merluzzo Piselli	Vellutata di zucca gialla con pastina Bocconcini di pollo Bietola	Pici al ragù di chianina (piatto unico) Insalata mista o Contorno cotto (nido)

scuola primaria e secondaria alternate per gestione della cucina — piatto tipico — nenù sostenibile — uno o più prodotti bio — biologico — Km 0 — MSC Pesca sostenibile e certificata

"SI INFORMANO I CONSUMATORI CON ALLERGIE O INTOLLERANZE ALIMENTARI, o chi per essi (genitori/tutori), che negli alimenti e nelle bevande preparati e somministrati possono essere contenuti uno o più dei seguenti allergeni come ingredienti o in tracce derivanti dal processo produttivo: CEREALI CONTENENTI GLUTINE, CROSTACEI, UOVA, PESCE, ARACHIDI, SOIA, LATTE (INCLUSO LATTOSIO), FRUTTA A GUSCIO, SEDANO, SENAPE, SEMI DI SESAMO, ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI in concentrazioni superiori a 10 mg/kg o 10 mg/litro, LUPINI, MOLLUSCHI e tutti i relativi prodotti derivati o a base di (ai sensi dell'Allegato II Reg. UE 1169/11, D. Lgs. 109/92, 88/2009 e s.m.i.). Le informazioni relative alla presenza di soggetti con allergie o intolleranze alimentari vengono raccolte mediante la presentazione di idonea certificazione medica e in fase di produzione vengono formulati pasti personalizzati, privi degli allergeni per cui risulta documentata una sensibilizzazione."