



MENÙ PARITARIE – A.S. 2022-2023

MENÙ INVERNALE

Giorno	Prima settimana	Seconda settimana	Terza settimana	Quarta settimana
Lunedì	Pasta all'abruzzese Frittata/Uovo Sodo Spinaci al grana Pane e frutta di stagione	Riso allo zafferano Prosciutto cotto di Alta Qualità Fagiolini o erbette Pane e frutta di stagione	Pasta al pesto di broccoli Tonno all'olio Piselli Pane e frutta di stagione	Pasta al pomodoro Grana a scaglette o asiago Carote e piselli al forno Pane e frutta di stagione
Martedì	Minestrone con orzo Farinata di ceci Patate all'olio Pane e yogurt alla frutta	Vellutata di zucca con crostini Polpette di merluzzo Finocchi Pane e frutta di stagione	Minestra di farro e legumi Frittata/Uovo Sodo Purè o patate all'olio Pane e frutta di stagione	Pastina in brodo Filetti di limanda Patate al forno o all'olio Pane e frutta di stagione
Mercoledì	Pizza Margherita ½ razione Formaggio da taglio Carote crude o cotte Pane integrale, Frutta di stagione	Farfalle al ragù vegetale Arrosto di lonza al latte Piselli Pane integrale Frutta di stagione	Riso alla zucca Hamburger di vitellone preparato in loco Carote al forno o Julienne Pane Frutta di stagione	Riso al grana Polpette di lonza Fagiolini all'olio Pane integrale Frutta di stagione
Giovedì	Gnocchetti sardi al pomodoro e carote Filetti di platessa impanati Fagiolini Pane e frutta di stagione	Pasta integrale all'amatriciana Bocconcini di tacchino Carote crude o cotte Pane Frutta di stagione	Pasta e fagioli (asciutta) Mozzarella (1/2 porzione) Coste gratinate Pane Frutta di stagione	Tortellini o pasta in bianco Bocconcini o fettine di tacchino al forno Insalata verde Pane e frutta di stagione
Venerdì	Risotto al grana Coscia di pollo /petto di pollo Finocchi in insalata Pane e frutta di stagione	Pasta al pesto e fagioli Formaggio spalmabile Insalata (lattuga) Pane e frutta di stagione	Pasta integrale al pomodoro Petto di pollo al forno Fagiolini Pane e frutta di stagione	Minestra di pasta integrale con lenticchie /asciutta Prosciutto cotto (½ porz solo per pasta asciutta) Spinaci Pane Frutta di stagione

Il presente menù è stato elaborato in base alle "Linee guida per la formulazione di tabelle dietetiche standard" dell'ASL Monza e Brianza.
.NB

-La banana deve essere servita una volta alla settimana (non si specifica il giorno per permetterne la distribuzione al giusto grado di maturazione).

-Il dessert può essere inserito una volta alla settimana

-Nelle caselle dove è inserita l'alternativa (...o...) si lascia ad ogni scuola, in accordo con la relativa commissione mensa, la facoltà di decidere quale alternativa applicare



MENÙ PARITARIE – A.S. 2022-2023

MENÙ INVERNALE

Giorno	Quinta settimana	Sesta settimana	Settima settimana	Ottava settimana
Lunedì	Pasta olio e grana Rotolo di frittata o uovo sodo o uovo strapazzato Piselli Pane e frutta di stagione	Pasta al pomodoro Polpetta di tonno o tonno all'olio Insalata verde Pane integrale e frutta di stagione	Riso al grana Mozzarella Fagiolini all'olio Pane e frutta di stagione	Pasta all'ortolana Prosciutto cotto Carote crude o cotte Pane integrale e frutta di stagione
Martedì	Gnocchi al pomodoro Formaggio fresco Erbette al grana Pane e frutta di stagione	Pasta olio e grana Frittata/ uovo sodo Carote crude o cotte Pane e frutta di stagione	Minestra di orzo Farinata di ceci Purè o patate all'olio Pane e frutta di stagione	Minestra di pasta e lenticchie Formaggio Insalata Pane e frutta di stagione
Mercoledì	Minestra di legumi e farro Polpette di vitellone Purè o patate in insalata (servite calde) Pane Frutta di stagione	Pizza margherita ½ razione Prosciutto cotto Spinaci al grana Pane Frutta di stagione	Pasta integrale alla crema di zucca Petto di pollo Piselli Pane Frutta di stagione	Pasta all'abruzzese Filetini di merluzzo dorati o bocconcini di pesce (non prefritti) o polpette di tonno Finocchi Pane e frutta di stagione
Giovedì	Pasta all'amatriciana Petto di pollo al pangrattato o petto di pollo al limone Fagiolini all'olio Pane Frutta di stagione	Risotto zucca e salsiccia Crescenza Piselli Pane Frutta di stagione	Pasta agli aromi Cotoletta di mare (non prefritta) Carote julienne o cotte Pane integrale Frutta di stagione	Riso alla robiola Bocconcini di tacchino Piselli Pane Frutta di stagione
Venerdì	Risotto allo zafferano Filetto di limanda Lattuga Pane Frutta di stagione	Passato di verdure e legumi con crostini Coscia di pollo/petto di pollo Patate arrosto o all'olio Pane Frutta di stagione	Pasta e fagioli (asciutta) Rotolo di frittata o frittata o uovo sodo (1/2 porzione) Insalata verde Pane Frutta di stagione	Lasagne al forno con ragù di vitellone Fagiolini all'olio Pane e Yogurt alla frutta o Pasta al ragù di vitellone Polpette di verdure Fagiolini all'olio Pane e Yogurt alla frutta

Il presente menù è stato elaborato in base alle "Linee guida per la formulazione di tabelle dietetiche standard" dell'ASL Monza e Brianza.

.NB

-La banana deve essere servita una volta alla settimana (non si specifica il giorno per permetterne la distribuzione al giusto grado di maturazione).

- Il dessert puo' essere inserito una volta alla settimana

-Nelle caselle dove è inserita l'alternativa (...o...) si lascia ad ogni scuola, in accordo con la relativa commissione mensa, la facoltà di decidere quale alternativa applicare