

Menu Scuole Comune di Carcare

Menù unico | Anno Scolastico 2019-2020

	1 SETTIMANA	2 SETTIMANA	3 SETTIMANA	4 SETTIMANA	5 SETTIMANA	6 SETTIMANA
LUNEDÌ	Pasta al pomodoro	Risotto alla parmigiana	Pasta al pomodoro	Pasta al pomodoro	Pasta all'olio	Pasta al pomodoro
	Sformato di carne	Prosciutto cotto	Crocchette di pollo	Formaggio	Cosce di pollo (PRIM) e bocconcini (INF)	Bastoncini di pesce*
	Carote al vapore*	Carote al vapore*	Verdure crude di stagione	Purè*	Carote*	Bietole al limone (INVERNO) Fagiolini*(ESTATE)
	Frutta fresca	Frutta fresca	Mousse di frutta	Frutta fresca	Frutta fresca	Yogurt
MARTEDÌ	Minestra* con farro o orzo	Pasta al pesto	Lasagne*/pasta pasticciata bianca	Minestra di zucca*	Riso con spinaci*	Gnocchi *alla romana
	Bocconcini di pollo in umido	Platessa impanata al forno*	Formaggio	Pizza	Prosciutto cotto	Lonza al forno
	Patate*	Finocchi (INVERNO) Fagiolini lessi*(ESTATE)	Insalata	Spinaci*	Finocchi (INVERNO) Fagiolini*(ESTATE)	Verdura cruda di stagione
	Yogurt	Budino	Frutta fresca	Yogurt	Frutta fresca	Frutta fresca
MERCOLEDÌ	Pasta all'olio EVO	Minestra di zucca*	Pasta al ragù	Polenta/Pasta al burro	Pasta al pomodoro	Polenta/Pasta al ragù
	Polpettone alla genovese*	Pizza	Bocconcini di pollo dorati	Arista al forno	Polpettone alla ligure*	Formaggio
	Carote al vapore*	Verdure crude di stagione	Carote al verde*	Piselli e carote*	Insalata	Broccoli*/cavolfiori*
	Frutta o gelato (ESTATE)	Frutta fresca	Frutta fresca	Mousse di frutta	Budino	Frutta fresca
GIOVEDÌ	Pasta al ragù	Pasta al pomodoro	Risotto al parmigiano	Risotto allo zafferano	Minestra con zucca*	Minestra* con miglio
	Formaggio	Pollo al limone o impanato al forno	Spezzatino	Prosciutto cotto	Arrosto di tacchino	Pizza
	Verdure crude (ESTATE) o Broccoli cotti (INVERNO)	Spinaci/Bietole*	Piselli*	Insalata	Patate al forno*	Carote al vapore*
	Yogurt	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Budino
VENERDÌ	Gnocchi all'olio (INF) o Gnocchi al pesto (PRIM)	Pasta all'olio EVO	Pasta al burro (INF) capperi e olive (PRIM)	Minestrone*	Pasta al pesto	Pasta all'olio EVO
	Platessa alla mugnaia*	Polpette di verdure* o patate* e ricotta	Polpette di pesce*	Bastoncini di pesce*	Tonno	Frittata al forno
	Piselli*	Insalata e carote	Broccoli*/cavolfiori*	Verdure crude di stagione	Piselli*/Pomodori	Insalata
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Budino/Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca

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.



		1 SETTIMANA	2 SETTIMANA	3 SETTIMANA	4 SETTIMANA	5 SETTIMANA	6 SETTIMANA
MERENDE	LU	Yogurt	Pane e cioccolato	Banana	Mousse di frutta	Pane e cioccolato	Pane e marmellata
	MA	Banana	Torta	Yogurt	Frutta fresca	Yogurt	Torta
	ME	Focaccia	Yogurt	Canestrelli	Focaccia	Focaccia	Focaccia
	GI	Frutta fresca	Mousse di frutta	Frutta fresca	Yogurt	Torta	Mousse di frutta
	VE	Canestrelli	Yogurt	Yogurt	Torta	Yogurt	Yogurt

I piatti contrassegnati da (*) potrebbero essere preparati con materie prime congelate e/o surgelate

Ogni giorno sarà servita una porzione di pane semplice o integrale.

La frutta fresca (**KM 0 o BIO**) varierà fra le seguenti tipologie seguendo la naturale stagionalità dei prodotti: banana, mela, pesca, albicocca, kiwi, pera, cocomero, melone, prugna, arance, clementine.

I pesci varieranno a rotazione fra le seguenti tipologie: nasello, merluzzo, platessa/limanda, trota.

Il formaggio varierà a rotazione fra le seguenti tipologie: stracchino, taleggio, caciotta, mozzarella, ricotta

ALIMENTI A KM ZERO: Ortofrutta fresco (in alternativa al BIO), Olio EVO (in alternativa al BIO), pane, pasta fresca ripiena, canestrelli, pandolce, basilico.

ALIMENTI BIO: Riso, Pasta, Pelati/polpa di pomodoro, Legumi (ceci, lenticchie, fagioli) e cereali (orzo, farro, miglio), Latticini (latte, burro, ricotta, stracchino, mozzarella, caciotta, yogurt), farina, farina di mais, uova, Biscotti, plumcake, fette biscottate, Purea/succo di frutta e verdure surgelate.

