

MENÚ NO CARNE per la Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di Ovaro (2019-2021)
Come da allegato alla Delibera n. 2188 del 13.12.2012 "Linee guida della Regione FVG per la ristorazione scolastica"

| | 1° SETTIMANA | 2° SETTIMANA | 3° SETTIMANA | 4° SETTIMANA |
|-----------|---|--|--|--|
| LUNEDÌ | pasta ALL'OLIO formaggio verdura di stagione | riso con zucca/zucchine/verdure PISELLI verdura di stagione | pasta alle verdure FORMAGGIO verdure di stagione | crema di legumi con crostini UOVA verdure di stagione |
| MARTEDÌ | gnocchi al pomodoro uova verdure di stagione | PASTA AI FORMAGGI verdure di stagione macedonia di frutta fresca | antipasto di verdure di stagione (crema di legumi con pasta - infanzia) PESCE purè | risotto alla parmigiana polpette di legumi verdure di stagione |
| MERCOLEDÌ | lasagne AI FORMAGGI verdure di stagione | antipasto di verdure di stagione (crema di legumi -infanzia) frico di patate/formaggi misti con polenta (alternativamente nelle scuole) | gnocchi alla romana sgombro verdure di stagione | antipasto di verdura di stagione FORMAGGIO con patate/polenta |
| GIOVEDÌ | passato di legumi con riso PESCE verdure di stagione | pasta all'olio hamburger di trota verdure di stagione | pizza margherita verdure di stagione | spazle burro e salvia salmone/limanda al forno verdure di stagione |
| VENERDÌ | riso alle verdure hamburger di merluzzo verdure di stagione | pasta alle verdure uova verdure di stagione | risotto "primavera" (verdure+ legumi) uova verdure di stagione | pasta al pomodoro formaggi misti verdure di stagione |

NOTE:

A pranzo è sempre presente pane (1 volta alla settimana integrale) e frutta fresca di stagione, opportunamente variata (almeno 3 diverse durante la settimana). Quest'ultima, per la sola scuola secondaria di 1° grado, viene consumata a metà mattina

I condimenti a base di verdure dei primi piatti possono essere: alla zucca, al ragù di verdure, alle zucchine, con crema di cavolfiori, alle erbe rosse...

Verrà utilizzato il sale iodato, come raccomandato dal Ministero della Salute

Per rispondere al gradimento e all'adeguatezza nutrizionale, le ricette possono variare mantenendo l'alimento base (carne bianca, pesce...) e comunque proposte non più di una volta al mese

Per problemi organizzativi è possibile spostare intere giornate alimentari all'interno della stessa settimana

Per la scuola dell'infanzia a merenda è offerta alternativamente frutta fresca, pane speciale e yogurt



18 FEB. 2019

MENÚ NO CARNE per la Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di Ovaro (2019-2021)
Come da allegato alla Delibera n. 2188 del 13.12.2012 "Linee guida della Regione FVG per la ristorazione scolastica"

| | 5° SETTIMANA | 6° SETTIMANA | 7° SETTIMANA | 8° SETTIMANA |
|-----------|---|--|--|--|
| LUNEDÌ | passato di legumi con riso PESCE verdure di stagione | pasta alle verdure uova verdure di stagione | risotto "primavera" (verdure+ legumi) FORMAGGIO verdure di stagione | pasta al pomodoro formaggi misti verdure di stagione |
| MARTEDÌ | pasta ALL'OLIO formaggio verdura di stagione | antipasto di verdure di stagione (crema di legumi -infanzia) frico di patate/formaggi misti con polenta (alternativamente nelle scuole) | pasta alle verdure uova verdure di stagione | crema di legumi con crostini PESCE verdure di stagione |
| MERCOLEDÌ | riso alla parmigiana hamburger di trota verdure di stagione | PASTA AI FORMAGGI verdure di stagione frutta fresca | antipasto di verdure di stagione (crema di legumi con pastina - infanzia) PESCE purè | risotto alle verdure uova verdure di stagione |
| GIOVEDÌ | lasagne AI FORMAGGI verdure di stagione | pasta all'olio PISELLI verdura di stagione | gnocchi alla romana tonno verdure di stagione | antipasto di verdura di stagione FORMAGGIO con patate/polenta macedonia di frutta fresca |
| VENERDÌ | gnocchi al pomodoro uova verdure di stagione | riso con zucca/zucchine/verdure hamburger di merluzzo verdure di stagione | pizza margherita verdure di stagione | spazle burro e salvia salmone/limanda al forno verdure di stagione |

NOTE:

A pranzo è sempre presente pane (1 volta alla settimana integrale) e frutta fresca di stagione, opportunamente variata (almeno 3 diverse durante la settimana). Quest'ultima, per la sola scuola secondaria di 1° grado, viene consumata a metà mattina

I condimenti a base di verdure dei primi piatti possono essere: alla zucca, al ragù di verdure, alle zucchine, con crema di cavolfiori, alle erbe rosse...

Verrà utilizzato il sale iodato, come raccomandato dal Ministero della Salute

Per rispondere al gradimento e all'adeguatezza nutrizionale, le ricette possono variare mantenendo l'alimento base (pesce, uova...) e comunque proposte non più di una volta al mese

Per problemi organizzativi è possibile spostare intere giornate alimentari all'interno della stessa settimana

Per la scuola dell'infanzia a merenda è offerta alternativamente frutta fresca, pane speciale e yogurt

18 FEB. 2019

