

MENÙ NO CARNE/PESCE 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 LEGUMI 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) FORMAGGIO 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 verdure di stagione	antipasto di verdura di stagione FORMAGGIO con patate/polenta
GIOVEDÌ	passato di legumi con riso verdure di stagione	pasta all'olio LEGUMI verdure di stagione	pizza margherita verdure di stagione	spazze burro e salvia LEGUMI verdure di stagione
VENERDÌ	riso alle verdure LEGUMI 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 (legumi, 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/PESCE 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	RISO AI LEGUMI 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	PASTA CON LEGUMI verdure di stagione
MERCOLEDÌ	riso alla parmigiana LEGUMI verdure di stagione	PASTA AI FORMAGGI verdure di stagione frutta fresca	antipasto di verdure di stagione (crema di legumi con pastina - infanzia) FORMAGGIO 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 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 LEGUMI verdure di stagione	pizza margherita verdure di stagione	spazle burro e salvia LEGUMI 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 (legumi, 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