

Anno scolastico 2009/2010 - MENÙ SCUOLA MATERNA
(elaborato su cinque giorni la settimana)

Prima settimana

Lunedì

Risotto alla milanese (riso 60 gr., brodo vegetale q.b., olio extra vergine di oliva gr. 5, zafferano, Parmigiano Reggiano 10 gr.)

Cotoletta di pollo al forno 100gr.

Insalata di lattuga (lattuga una porzione, olio extra vergine di oliva gr. 5, limone)

Pane formato rosetta 50 gr. oppure **Panino al latte** 50 gr.

Frutta fresca di stagione 150 gr.

Martedì

Pasta e fagioli (lumachine 40 gr., fagioli secchi 30 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

Formaggino 60 gr.

Insalata di pomodori (pomodori 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

Pane formato rosetta 50 gr. oppure **Panino al latte** 50 gr.

Frutta fresca di stagione 150 gr.

Mercoledì

Pasta e patate (ditalini rigati 50 gr., patate 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

Frittata di uova al forno (un uovo, Parmigiano Reggiano 10 gr.)

Insalata di carote (carote 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr., limone)

Pane formato rosetta 50 gr. oppure **Panino al latte** 50 gr.

Frutta fresca di stagione 150 gr.

Giovedì

Pasta e zucca (pipe rigate 50 gr., zucca 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

Polpette al forno con pomodoro (vitellone magro 70 gr., pane 20 gr., uovo 20 gr., Parmigiano Reggiano 10 gr., pomodori pelati gr. 50, olio extra vergine di oliva 5 gr.)

Bieta lessa (bieta 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr., limone)

Pane formato rosetta 50 gr. oppure **Panino al latte** 50 gr.

Frutta fresca di stagione 150 gr.

Venerdì

Pasta al pomodoro (penne 50 gr., pomodori pelati 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr., Parmigiano Reggiano 10 gr.)

Bastoncini di merluzzo impanati al forno con patate (merluzzo 80 gr., patate 150 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

Pane formato rosetta 50 gr. oppure **Panino al latte** 50 gr.

Yogurt alla frutta 125 gr. oppure **Frutta fresca di stagione** 150 gr.

In adesione ai possibili differenti gusti, ove previsto è consigliabile servire a parte il Parmigiano Reggiano ed il limone.

Anno scolastico 2009/2010 - MENÙ SCUOLA MATERNA
(elaborato su cinque giorni la settimana)

Seconda settimana

Lunedì

Riso al sugo (riso 60 gr., pomodori pelati 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr., Parmigiano Reggiano 10 gr)

Spezzatino di fesa di tacchino al forno (fesa di tacchino 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr., brodo vegetale q.b.)

Spinaci burro e parmigiano (spinaci 100 gr., burro 5 gr., Parmigiano Reggiano 10 gr)

Pane formato rosetta 50 gr. oppure **Panino al latte** 50 gr.

Frutta fresca di stagione 150 gr.

Martedì

Gateau di patate (patate 200 gr., uovo 20 gr., prosciutto cotto 20 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

Formaggio 60 gr.

Insalata di pomodori (pomodori 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

Pane formato rosetta 50 gr. oppure **Panino al latte** 50 gr.

Frutta fresca di stagione 150 gr.

Mercoledì

Pasta e piselli (ditalini rigati 50 gr., piselli 80 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

Prosciutto di maiale al forno (prosciutto di maiale 80 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

Carote lesse (carote 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr., limone)

Pane formato rosetta 50 gr. oppure **Panino al latte** 50 gr.

Frutta fresca di stagione 150 gr.

Giovedì

Pasta al forno con salsa besciamella (penne 50 gr., salsa besciamella 40 gr., Parmigiano Reggiano 10 gr)

Prosciutto cotto magro 60 gr.

Insalata di lattuga (lattuga una porzione, olio extra vergine di oliva 5 gr., limone)

Pane formato rosetta 50 gr. oppure **Panino al latte** 50 gr.

Frutta fresca di stagione 150 gr.

Venerdì

Pasta al pomodoro (fusilli 50 gr., pomodori pelati 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

Cotoletta di platessa al forno con patate (platessa 80 gr., patate 150 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

Pane formato rosetta 50 gr. oppure **Panino al latte** 50 gr.

Torta di mela 60 gr. oppure **Frutta fresca di stagione** 150 gr.

In adesione ai possibili differenti gusti, ove previsto è consigliabile servire a parte il Parmigiano Reggiano ed il limone.

Anno scolastico 2009/2010 - MENÙ SCUOLA MATERNA
(elaborato su cinque giorni la settimana)

Terza settimana

Lunedì

Minestrone (minestrone surgelato 120 gr., riso 20 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr., Parmigiano Reggiano 10 gr.)

Polpette al forno con pomodoro (vitellone magro 80 gr., pane 30 gr., uovo 20 gr., pomodori pelati 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr., parmigiano Reggiano 10 gr.)

Spinaci lessi (spinaci surgelati 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr., limone)

Pane formato rosetta 50 gr. oppure **Panino al latte** 50 gr.

Frutta fresca di stagione 150 gr.

Martedì

Pasta e patate (gnocchetti sardi 50 gr., patate 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

Frittata di uova al forno (un uovo, Parmigiano Reggiano 10 gr.)

Mais dolce 80 gr.

Pane formato rosetta 50 gr. oppure **Panino al latte** 50 gr.

Frutta fresca di stagione 150 gr.

Mercoledì

Risotto con zucca (riso 50 gr., zucca 100 gr., brodo vegetale q.b., olio extra vergine di oliva 5 gr., Parmigiano Reggiano 10 gr.)

Formaggino 30 gr

Prosciutto cotto magro 30 gr.

Insalata di carote (carote 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr., limone)

Pane formato rosetta 50 gr. oppure **Panino al latte** 50 gr.

Frutta fresca di stagione 150 gr.

Giovedì

Pizza al pomodoro 120 gr.

Cotoletta di petto di pollo al forno 100 gr

Bieta lessa (bieta 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

Pane formato rosetta 50 gr. oppure **Panino al latte** 50 gr.

Frutta fresca di stagione 150 gr.

Venerdì

Pasta ala pomodoro e tonno (penne rigate 50 gr., pomodori pelati 100 gr., tonno al naturale 30 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

Bastoncini di merluzzo al forno 80 gr.

Insalata di lattuga (lattuga una porzione, olio extra vergine di oliva 5 gr., limone)

Pane formato rosetta 50 gr. oppure **Panino al latte** 50 gr.

Yogurt alla frutta 125 gr. oppure **Frutta fresca di stagione** 150 gr.

In adesione ai possibili differenti gusti, ove previsto è consigliabile servire a parte il Parmigiano Reggiano ed il limone.

Anno scolastico 2009/2010 - MENÙ SCUOLA MATERNA
(elaborato su cinque giorni la settimana)

Quarta settimana

Lunedì

Pasta e ceci (gnocchetti sardi 50 gr., ceci secchi 30 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr)
Salsiccia di pollo e tacchino a grana fine al forno (salsiccia 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr)
Spinaci lessi (spinaci 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr., limone)
Pane formato rosetta 50 gr. oppure **Panino al latte** 50 gr.
Frutta fresca di stagione 150 gr.

Martedì

Pasta con salsa bolognese (rigatoni 50 gr., salsa bolognese 50 gr., Parmigiano Reggiano 10 gr.)
Formaggio 30 gr. e **Prosciutto cotto magro** 30 gr.
Carote lesse (carote 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr., limone)
Pane formato rosetta 50 gr. oppure **Panino al latte** 50 gr.
Frutta fresca di stagione 150 gr.

Mercoledì

Riso e piselli (riso 40 gr., piselli 80 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr)
Pizza di carne con pomodoro al forno (vitellone magro 70 gr., pane 20 gr., uovo 20 gr., pomodori pelati 50 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr)
Insalata di fagiolini (fagiolini 80 gr. olio extra vergine di oliva 5 gr., limone)
Pane formato rosetta 50 gr. oppure **Panino al latte** 50 gr.
Frutta fresca di stagione 150 gr.

Giovedì

Pasta al pomodoro (mezze penne 50 gr., pomodori pelati 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr. Parmigiano Reggiano 10 gr.)
Frittata di patate al forno (un uovo, patate 100 gr, Parmigiano Reggiano 10 gr.)
Insalata di lattuga (lattuga una porzione, olio extra vergine di oliva 5 gr., limone)
Pane formato rosetta 50 gr. oppure **Panino al latte** 50 gr.
Frutta fresca di stagione 150 gr.

Venerdì

Pasta al forno con salsa besciamella (sedanini 50 gr., salsa besciamella 40 gr., parmigiano Reggiano 10 gr.)
Cotoletta di platessa al forno con patate (platessa 100 gr., patate 150 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)
Pane formato rosetta 50 gr. oppure **Panino al latte** 50 gr.
Torta allo yogurt 60 gr. oppure **Frutta fresca di stagione** 150 gr.

In adesione ai possibili differenti gusti, ove previsto è consigliabile servire a parte il Parmigiano Reggiano ed il limone.

Anno scolastico 2009/2010 - MENÙ SCUOLA MATERNA
(elaborato su cinque giorni la settimana)

Quinta settimana

Lunedì

Frittata di maccheroni al forno (spaghetti 30 gr., un uovo, Parmigiano Reggiano 10 gr.)
Formaggio (fontina o emmenthal o asiago 60 gr.)
Carote lesse (carote 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr., limone)
Pane formato rosetta 50 gr. oppure **Panino al latte** 50 gr.
Frutta fresca di stagione 150 gr.

Martedì

Pasta al pomodoro (pipe rigate 50 gr., pomodori pelati 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)
Salsiccia di maiale magro e grana fine con patate al forno (salsiccia di maiale 100 gr., patate 150 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)
Pane formato rosetta 50 gr. oppure **Panino al latte** 50 gr.
Frutta fresca di stagione 150 gr.

Mercoledì

Pasta e cavolfiori (ditalini 50 gr., cavolfiori 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)
Cotoletta di petto di pollo al forno 100 gr.
Spinaci burro e parmigiano (spinaci 100 gr., burro 5 gr., Parmigiano Reggiano 10 gr.)
Pane formato rosetta 50 gr. oppure **Panino al latte** 50 gr.
Frutta fresca di stagione 150 gr.

Giovedì

Pizza ripiena con formaggio e prosciutto cotto 100 gr.
Bresaola 60 gr.
Insalata di lattuga (lattuga una porzione, olio extra vergine di oliva 5 gr., limone)
Pane formato rosetta 50 gr. oppure **Panino al latte** 50 gr.
Frutta fresca di stagione 150 gr.

Venerdì

Pasta e lenticchie (gnocchetti sardi 50 gr., lenticchie secche 30 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)
Cotoletta di platessa al forno con patate (platessa 100 gr., patate 150 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)
Pane formato rosetta 50 gr. oppure **Panino al latte** 50 gr.
Torta all'arancia 60 gr. oppure **Frutta fresca di stagione** 150 gr.

In adesione ai possibili differenti gusti, ove previsto è consigliabile servire a parte il Parmigiano Reggiano ed il limone.

COLAZIONE A SACCO SCUOLA MATERNA

Anno scolastico 2009/2010

Panino con cotoletta di petto di pollo (panino formato rosetta 60 gr., cotoletta di petto di pollo 100 gr.)
Panino con formaggio (panino formato rosetta 60 gr., fontina o emmenthal 40 gr.)
Torta di mele 60 gr.
Succo di frutta 200 ml.
Acqua minerale naturale 500 ml.

oppure

Frittata di maccheroni (un uovo, spaghetti 30 gr., Parmigiano Reggiano 10 gr.)
Panino con prosciutto cotto magro (panino al latte 60 gr., prosciutto cotto 40 gr.)
Torta allo yogurt 60 gr.
Succo di frutta 200 ml.
Acqua minerale naturale 500 ml.

oppure

Panino con formaggino e prosciutto cotto (panino formato rosetta 60 gr., formaggino 30 gr., prosciutto cotto 30 gr.)
Panino con bresaola (panino al latte 60 gr., bresaola 40 gr.)
Succo di frutta 200 ml.
Acqua minerale naturale 500 ml.