

ESTIVO



LUNEDÌ

1^a Pasta integrale con pomodoro fresco e basilico
Prosciutto cotto/ Bresaola
Verdura* cotta e cruda

2^a Pasta al pesto
Frittata semplice
Verdura* cotta e cruda

3^a Pasta all'olio e.v. oliva
Fettina di tacchino al latte
Verdura* cotta e cruda

4^a Risotto alle verdure/ Insalata di riso
Coscia di pollo al forno
Verdura* cotta e cruda

MARTEDÌ

Risotto allo zafferano
Legumi* in umido
Verdura* cotta e cruda

Pasta al pomodoro e origano
Hamburger di legumi*/ Legumi* in umido
Verdura* cotta e cruda

Risotto alla parmigiana
Frittata semplice
Verdura* cotta e cruda

Pasta agli aromi
Frittata alle zucchine
Verdura* cotta e cruda

MERCOLEDÌ

Pizza Margherita
Verdura* cotta e cruda

Insalata di farro con verdure
Cotoletta di maiale
Verdura* cotta e cruda

Pasta integrale al pomodoro
Mozzarella
Verdura* cotta e cruda

Gnocchi* al pomodoro e basilico
Formaggio primo sale
Verdura* cotta e cruda

GIOVEDÌ

Pasta agli aromi
Filetto di platessa* impanato
Verdura* cotta e cruda

Lasagne* al ragù di tacchino
Verdura* cotta e cruda

Passato di verdura* con pasta
Polpette di merluzzo*
Verdura* cotta e cruda

Pasta alle zucchine
Hamburger di legumi*
Verdura* cotta e cruda

SCUOLA SECONDARIA NAZARIO SAURO

COMUNE DI MALNATE

Tutti i pasti vengono completati con pane a contenuto di sale pari o inferiore all'1,7 % s.s. e frutta fresca di stagione.

Le preparazioni gastronomiche potrebbero contenere tracce di: cereali contenenti glutine, crostacei, uova, pesci, arachidi, soia, latte e lattosio, frutta con guscio, semi di sesamo, sedano, senape e solfiti, anidride solforosa, lupini, molluschi e prodotti a base di tutti i precedenti (In presenza di certificati medici comprovanti intolleranze/allergie vengono formulate apposite diete).

* Materia prima di base congelata e/o surgelata.

Aggiornato in data 31/05/2019 - Validato da: Dott.ssa Lidia Testa