

Comune di Lerici



Menù scuole primarie tempo pieno/modulare -invernale a.s. 2018-2019(valido dal 03/12/2018)

SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1 SETTIMANA 	Pizza Prosciutto cotto Insalata mista con carote Frutta - pane integrale	Pasta integrale al pomodoro Torta di verdura* Fagiolini* al vapore Yogurt bio Val di Vara - pane	Passato di verdura* con orzo Cotoletta di pollo al forno Purè di patate Frutta - pane integrale	Pasta al ragù Stracchino Spinaci* saltati Frutta - pane integrale	Risotto alla zucca Tortino di pesce* al forno Finocchi julienne Frutta - pane integrale
2 SETTIMANA 	Minestrone di verdura* con riso Pollo arrosto Patate al forno Frutta - pane integrale	Gnocchi al pesto Frittata di verdure* miste Insalata mista con mais Dolce - pane integrale	Pasta all'amatriciana Mozzarella Carote baby saltate Banana bio ES - pane integrale	Pasta al pomodoro Arista al forno Fagiolini* al vapore Frutta - pane integrale	Pasta al burro Crocchette di pesce* al forno panate con farina di mais Macedonia di verdure* saltate Frutta - pane 1/2 porzione
3 SETTIMANA 	Pasta al pesto Bastoncini di pesce* al forno Spinaci* saltati Frutta - pane integrale	Pasta alla pizzaiola Straccetti di lonza al limone Piselli* saltati Frutta - pane	Lasagne al pomodoro Caciotta Insalata mista Frutta - pane integrale	Risotto alla parmigiana Cotoletta di tacchino al forno Finocchi julienne Yogurt bio Val di Vara - pane	Crema di legumi con farro Sfornato di ricotta e spinaci* Carote trifolate Frutta - pane
4 SETTIMANA 	Risotto al ragù vegetale Scaloppina di tacchino alla salvia Tris di verdure* al vapore Budino- pane integrale	Pasta agli aromi Hamburger di manzo Carote filangè Banana bio ES - pane integrale	Pasta all'olio Platessa* impanata al forno Insalata mista con mais Frutta - pane integrale	Crema di verdure* con pasta Torta di patate e porri Fagiolini* al vapore Frutta - pane integrale	Pasta al pomodoro Stracchino Spinaci* saltati Frutta - pane integrale

I PIATTI CONTRASSEGNA TI CON (*) POSSONO ESSERE PREPARATI CON MATERIE PRIME CONGELATE E/O SURGELATE





SI INFORMANO I CONSUMATORI ALLERGICI O INTOLLERANTI, O CHI PER ESSI (GENITORI O FAMILIARI, ETC...), CHE NEGLI ALIMENTI E NELLE BEVANDE PREPARATI E SOMMINISTRATI POSSONO ESSERE CONTENUTI UNO O PIÙ DEI SEGUENTI ALLERGENI COME INGREDIENTE O IN TRACCE DERIVANTI DAL PROCESSO PRODUTTIVO: ELENCO DELLE SOSTANZE E/O DEI PRODOTTI CHE POSSONO PROVOCARE ALLERGIE O INTOLLERANZE (ai sensi dell'Allegato II Reg. UE 1169/11, D. Lgs. 109/92, 88/2009 e s.m.i.) Cereali contenenti glutine, Crostacei e prodotti a base di crostacei, Uova e prodotti a base di uova Pesce e prodotti a base di pesce, Arachidi e prodotti a base di arachidi, Soia e prodotti a base di soia, Latte e prodotti a base di latte (incluso lattosio), Frutta a guscio e loro prodotti, Sedano e prodotti a base di sedano, Senape e prodotti a base di senape, Semi di sesamo e prodotti a base di semi di sesamo, Anidride solforosa e solfiti in concentrazioni superiori a 10 mg/kg o 10 mg/litro, Lupini e prodotti a base di lupini, Molluschi e prodotti a base di molluschi

Comune di Lerici



Menù scuole secondarie di I grado -

Invernale a.s. 2018-19(valido dal 03/12/2018)

SETTIMANA	MARTEDI'	GIOVEDI'
1 SETTIMANA 	Pizza(doppia porzione) Insalata mista con carote Yogurt bio Val di Vara - pane 1/2 porzione	Pasta al ragù Stracchino Spinaci* saltati Frutta - pane integrale
2 SETTIMANA 	Ravioli burro e salvia Caciotta Insalata mista con mais Dolce - pane integrale	Pasta al pomodoro Arista al forno Patate al forno Frutta - pane integrale 1/2 porzione
3 SETTIMANA 	Lasagne al pomodoro Prosciutto cotto Insalata mista Frutta - pane	Pasta al pesto Cotoletta di tacchino al forno Finocchi julienne Yogurt bio Val di Vara - pane
4 SETTIMANA 	Pasta agli aromi Hamburger di manzo Carote filangè Banana bio ES - pane integrale	Pasta all'olio Straccetti di pollo al limone Fagiolini* al vapore Frutta - pane integrale



I PIATTI CONTRASSEGNA TI CON (*) POSSONO ESSERE PREPARATI CON MATERIE PRIME CONGELATE E/O SURGELATE

SI INFORMANO I CONSUMATORI ALLERGICI O INTOLLERANTI, O CHI PER ESSI (GENITORI O FAMILIARI, ETC...), CHE NEGLI ALIMENTI E NELLE BEVANDE PREPARATI E SOMMINISTRATI POSSONO ESSERE CONTENUTI UNO O PIÙ DEI SEGUENTI ALLERGENI COME INGREDIENTE O IN TRACCE DERIVANTI DAL PROCESSO PRODUTTIVO: ELENCO DELLE SOSTANZE E/O DEI PRODOTTI CHE POSSONO PROVOCARE ALLERGIE O INTOLLERANZE (ai sensi dell'Allegato II Reg. UE 1169/11, D. Lgs. 109/92, 88/2009 e s.m.i.) Cereali contenenti glutine, Crostacei e prodotti a base di crostacei, Uova e prodotti a base di uova Pesce e prodotti a base di pesce, Arachidi e prodotti a base di arachidi, Soia e prodotti a base di soia, Latte e prodotti a base di latte (incluso lattosio), Frutta a guscio e loro prodotti, Sedano e prodotti a base di sedano, Senape e prodotti a base di senape, Semi di sesamo e prodotti a base di semi di sesamo, Anidride solforosa e solfiti in concentrazioni superiori a 10 mg/kg o 10 mg/litro, Lupini e prodotti a base di lupini, Molluschi e prodotti a base di molluschi

Comune di Lerici



Menù scuole dell' Infanzia/sezione primavera - invernale a.s. 2018-2019 (valido dal 03/12/2018)

SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1 SETTIMANA 	Pasta olio e parmigiano Sformato di verdure* Insalata mista con carote Frutta - pane integrale	Pasta integrale al pomodoro Platessa* gratinata al forno Fagiolini* al vapore - pane Yogurt bio Val di Vara - pane	Passato di verdura* con orzo Cotoletta di pollo al forno Purè di patate Frutta - pane integrale	Pasta al ragù Stracchino Spinaci* saltati Frutta - pane integrale	Crema di zucca con riso Tortino di pesce* al forno Finocchi crudi Frutta - pane integrale
2 SETTIMANA 	Minestrone di verdura* con riso Bocconcini di pollo agli aromi Patate al forno Frutta - pane integrale	Gnocchi al pesto Frittata di verdure* miste Insalata mista con mais Dolce - pane integrale	Minestra di lenticchie con riso Mozzarella Carote baby saltate Banana bio ES - pane integrale	Pasta al pomodoro Arista al forno Broccoletti saltati Frutta - pane integrale	Pasta alla contadina Crocchette di pesce* al forno panati con farina di mais Macedonia di verdure saltate Frutta - pane 1/2 porzione
3 SETTIMANA 	Pasta al pesto Filetti di platessa* gratinata al forno Spinaci* saltati Frutta - pane integrale	Passato di verdura* leggero con pasta Pizza Frutta	Lasagne al pomodoro Prosciutto cotto Carote e cavolo cappuccio julienne Frutta - pane integrale	Risotto alla parmigiana Tortino di ceci e verdure Finocchi julienne - Yogurt bio Val di Vara - pane 1/2 porzione	Crema di legumi con farro Polpettine di ricotta e spinaci* Carote trifolate Frutta - pane
4 SETTIMANA 	Orzotto al ragù vegetale Scaloppina di tacchino alla salvia Cavolfiore saltato Budino - pane integrale	Brodo di carne con pasta Polpettine di manzo al forno Carote filangè Banana bio ES - pane integrale	Risotto alla zucca Platessa* impanata al forno Insalata mista con mais Frutta - pane integrale	Crema di verdure* con pasta Torta/Crocchette di patate e pesce Fagiolini* al vapore Frutta - pane integrale	Polenta al pomodoro Stracchino Spinaci* saltati Frutta - pane integrale

I PIATTI CONTRASSEGNA TI CON (*) POSSONO ESSERE PREPARATI CON MATERIE PRIME CONGELATE E/O SURGELATE

- 1) Le ricette contrassegnate con il simbolo (*) potrebbero essere preparate con materie prime surgelate
- 2) Il formato di pasta sarà adeguato alle esigenze delle diverse fasce di età

SI INFORMANO I CONSUMATORI ALLERGICI O INTOLLERANTI, O CHI PER ESSI (GENITORI O FAMILIARI, ETC...), CHE NEGLI ALIMENTI E NELLE BEVANDE PREPARATI E SOMMINISTRATI POSSONO ESSERE CONTENUTI UNO O PIÙ DEI SEGUENTI ALLERGENI COME INGREDIENTE O IN TRACCE DERIVANTI DAL PROCESSO PRODUTTIVO: ELENCO DELLE SOSTANZE E/O DEI PRODOTTI CHE POSSONO PROVOCARE ALLERGIE O INTOLLERANZE (ai sensi dell'Allegato II Reg. UE 1169/11, D. Lgs. 109/92, 88/2009 e s.m.i.) Cereali contenenti glutine, Crostacei e prodotti a base di crostacei, Uova e prodotti a base di uova Pesce e prodotti a base di pesce, Arachidi e prodotti a base di arachidi, Soia e prodotti a base di soia, Latte e prodotti a base di latte (incluso lattosio), Frutta a guscio e loro prodotti, Sedano e prodotti a base di sedano, Senape e prodotti a base di senape, Semi di sesamo e prodotti a base di semi di sesamo, Anidride solforosa e solfiti in concentrazioni superiori a 10 mg/kg o 10 mg/litro, Lupini e prodotti a base di lupini, Molluschi e prodotti a base di molluschi