

# Comune di Lerici



Menù scuole dell' Infanzia/sezione primavera - invernale a.s. 2019-2020 (valido dal 18/11/2019 )

SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<b>1 SETTIMANA</b> 	Pasta olio e parmigiano Torta di verdure* Insalata mista con carote Frutta - pane integrale	Pasta <b>integrale</b> al pomodoro Filetti di merluzzo* gratinati al forno Fagiolini* al vapore - pane Yogurt bio - pane	Passato di verdura* con orzo bio Cotoletta di pollo al forno Purè di patate Frutta - pane integrale	Pasta al ragù Stracchino Carote filangè Frutta - pane integrale	Crema di zucca con riso Tortino di pesce* al forno Spinaci* saltati Frutta - pane integrale
<b>2 SETTIMANA</b> 	Minestrone di verdura* con riso Bocconcini di pollo agli aromi Patate al forno Mousse di frutta bio - pane integrale	Gnocchi al pesto**(Km 0) Frittata di verdure* miste Insalata, finocchi e mais Dolce - pane integrale	Minestra di lenticchie bio con riso Caciotta della Val di Vara Carote baby* saltate Frutta - pane integrale	Pasta al pomodoro Arista al forno Broccoletti* saltati Frutta - pane integrale	Pasta alla contadina Crocchette di pesce* al forno panate con farina di mais Macedonia di verdure* saltate Frutta - pane integrale 1/2 porzione
<b>3 SETTIMANA</b> 	Pasta al pesto**(km 0) Filetti di platessa* gratinati al forno Spinaci* saltati Frutta - pane integrale	Passato di verdura* leggero con pasta Pizza Frutta	Lasagne al pomodoro Prosciutto cotto Carote e cavolo cappuccio iulienne Frutta - pane integrale	Risotto alla parmigiana Tortino di ceci e verdure Finocchi julienne - Yogurt bio - pane 1/2 porzione	Crema di legumi bio con farro bio Polpettine di ricotta e spinaci* Carote* trifolate Frutta - pane
<b>4 SETTIMANA</b> 	Orzotto bio al ragù vegetale Straccetti di tacchino al limone Cavolfiore saltato Budino - pane integrale	Brodo di carne con pasta Polpettine di manzo al forno Carote filangè Frutta - pane integrale	Risotto alla zucca Filetti di merluzzo* impanati al forno Insalata mista con mais Frutta - pane integrale	Crema di verdure* con pasta Torta/Crocchette di patate e <i>nesca</i> * Fagiolini* al vapore Frutta - pane integrale	Polenta al pomodoro Stracchino Spinaci* saltati Mousse di frutta bio - pane integrale

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

3) La banana sarà servita biologica equosolidale; l'uovo pastorizzato utilizzato nelle preparazioni deriva da allevamento a terra

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