

MENU’ INVERNALE – COMUNE DI TELTI - SCUOLA INFANZIA E PRIMARIA

	<i>Prima settimana</i>	<i>Seconda settimana</i>	<i>Terza settimana</i>	<i>Quarta settimana</i>
<i>Lunedì</i>	● zuppa o passato di fagioli o ceci con pasta o crostini (SEDANO, GLUTINE, LATTE, UOVO) ● bocconcini di petto di pollo agli aromi (SEDANO) ● insalata mista di verdure crude di stagione ● pane (GLUTINE) ● frutta di stagione	● passato di verdure e legumi con pasta o crostini (SEDANO, GLUTINE, LATTE, UOVO, SESAMO, SOIA, SENAPE) ● fettina di vitellone alla pizzaiola (SEDANO) ● bietole o spinaci all’agro ● pane (GLUTINE) ● frutta di stagione	● risotto alle verdure di stagione (SEDANO, LATTE, UOVO) ● spezzatino di tacchino in umido (SEDANO) ● insalata verde di stagione ● pane (GLUTINE) ● frutta di stagione	● gnocchi di patate (GLUTINE, SEDANO, LATTE, UOVA) - oppure pasta al pomodoro (GLUTINE, SEDANO, LATTE, UOVO) ● uovo sodo (UOVO) - o frittata (UOVO, LATTE) - o strapazzato (UOVO, LATTE) ● insalata mista di verdure crude ● pane (GLUTINE) ● frutta di stagione
<i>Martedì</i>	● risotto al pomodoro (SEDANO, LATTE, UOVO) ● uovo sodo (UOVO) - o frittata (UOVO, LATTE) - o strapazzato (UOVO, LATTE) ● carote al vapore ● pane (GLUTINE) ● frutta di stagione	● gnocchetti sardi al pomodoro (GLUTINE, LATTE UOVO, SEDANO) ● frittata con spinaci o bietole (UOVO, LATTE) - o uovo sodo (UOVO) o frittata (UOVO, LATTE) - o strapazzato (UOVO, LATTE) ● carote a fiammifero con succo di limone ● pane (GLUTINE) ● frutta di stagione o budino (LATTE)	● gnocchetti sardi alla campidanese (GLUTINE, LATTE, UOVO, SEDANO) ● tortino carciofi o spinaci (GLUTINE, UOVO, LATTE) ● tris di verdure al vapore (carote, patate, fagiolini) ● pane (GLUTINE) ● frutta di stagione	● brodo di vitellone magro con pastina (GLUTINE, LATTE, SEDANO, UOVO) ● bollito di vitellone magro (SEDANO) ● insalata di patate lesse o arrosto ● pane (GLUTINE) ● frutta di stagione
<i>Mercoledì</i>	● lasagne al forno (GLUTINE, UOVO, LATTE, SEDANO) ● mezza porzione formaggio tenero tipo dolce sardo o mozzarella o peretta sarda (LATTE) ● insalata verde di stagione ● pane (GLUTINE) ● frutta di stagione	● pasta olio, burro e grana padano (GLUTINE, LATTE, UOVO) ● cosce di pollo arrosto ● fagiolini brasati ● pane (GLUTINE) ● frutta di stagione	● pizza margherita (GLUTINE, LATTE) ● prosciutto di tacchino ● insalata mista di verdure crude di stagione ● pane (GLUTINE) ● frutta di stagione	● Risotto con sugo di seppie e/o calamari (SEDANO, MOLLUSCHI) ● formaggio tenero tipo dolce sardo o mozzarella o peretta sarda (LATTE) ● Bietole o spinaci all’olio o saltati ● pane (GLUTINE) ● frutta di stagione
<i>Giovedì</i>	● pizza margherita (GLUTINE, LATTE) ● prosciutto di tacchino ● insalata verde di stagione ● pane (GLUTINE) ● frutta di stagione	● ravioli di ricotta e spinaci al pomodoro (GLUTINE, LATTE, UOVA, SEDANO) ● formaggio tenero tipo dolce sardo o mozzarella o peretta sarda (LATTE) ● insalata mista di verdure crude ● pane (GLUTINE) ● frutta di stagione	● pasta al pesto (GLUTINE, FRUTTA A GUSCIO, LATTE, UOVA, MOLLUSCHI, CROSTACEI, SEDANO, SOLFITI, PESCE, SOIA) ● polpette di vitellone al forno (UOVO, GLUTINE, LATTE, UOVA) ● insalata mista di verdure crude ● pane (GLUTINE) ● frutta di stagione	● Passato di lenticchie con crostini o pastina o orzo (GLUTINE, LATTE, UOVA, SEDANO) ● cotoletta di pollo o tacchino al forno (GLUTINE, UOVO) ● Patate arrosto ● pane (GLUTINE) ● frutta di stagione
<i>Venerdì</i>	● gnocchi di patate (GLUTINE, SEDANO, LATTE, UOVO) oppure pasta al pomodoro (GLUTINE, SEDANO, LATTE, UOVO) ● bastoncini di merluzzo al forno* (PESCE, GLUTINE, UOVO) ● insalata mista di verdure crude ● pane (GLUTINE) ● frutta di stagione	● risotto allo zafferano (LATTE, UOVA, SEDANO) ● polpette di pesce al forno* (PESCE, GLUTINE, UOVO, LATTE) ● insalata mista di verdure crude di stagione ● pane (GLUTINE) ● frutta di stagione	● passato di verdure (GLUTINE, SEDANO, LATTE, UOVA) ● cotoletta di pesce al forno* (PESCE, GLUTINE, UOVO) ● purè di patate (LATTE, UOVO) ● pane (GLUTINE) ● frutta di stagione	● pasta olio burro e grana padano (GLUTINE, LATTE, UOVO) ● polpette di pesce al forno* (PESCE, GLUTINE, UOVO, LATTE) ● insalata verde di stagione ● pane (GLUTINE) ● frutta di stagione

Gli allergeni sono evidenziati in grassetto
*Preparato con filetti di merluzzo e platessa impanati e cotti al forno

FIRMA
(Referente redazione del menu)