



MENU INVERNALE PINASCA



LUNEDI'

MARTEDI'

MERCOLEDI'

GIOVEDI'

VENERDI'

SETTIMANA 1

Pasta agli aromi
Formaggio
Verdura cruda o cotta*
Frutta di stagione/Dolce/yogurt
Pane

Pasta al pomodoro
Crocchette di pesce* al forno
Verdura cruda o cotta*
Frutta di stagione/Dolce/yogurt
Pane

Risotto al parmigiano
Polpette di bovino*
Verdura cruda o cotta*
Frutta di stagione/Dolce/yogurt
Pane

Minestrone* di verdure e legumi con pasta o riso
Frittata al forno
Patate e piselli*
Frutta di stagione/Dolce/yogurt
Pane

Pizza margherita con 1/2 porzione di prosciutto cotto
Verdura cruda o cotta*
Frutta di stagione/Dolce/yogurt
Pane

SETTIMANA 2

Riso al pomodoro
Frittata con verdura* al forno
Verdura cotta* o cruda
Frutta di stagione/Dolce/yogurt
Pane

Crema di carote/zucca* con pasta o riso o crostini o orzo
Cosce di pollo al forno
Patate al forno
Frutta di stagione/Dolce/yogurt
Pane

Pasta olio e parmigiano
Filetto di merluzzo* impanato
Verdura cotta* o cruda
Frutta di stagione/Dolce/yogurt
Pane

Lasagne* al pomodoro
1/2 porzione affettato°
Verdura cotta* o cruda
Frutta di stagione/Dolce/yogurt
Pane

Pasta al pesto
Formaggio
Verdura cotta* o cruda
Frutta di stagione/Dolce/yogurt
Pane

SETTIMANA 3

Pasta agli aromi
Merluzzo* in umido/al forno
Verdura cruda o cotta*
Frutta di stagione/Dolce/yogurt
Pane

Crema di verdura e legumi* con orzo o pasta o riso
Straccetti di pollo o tacchino
Patate al forno
Frutta di stagione/Dolce/yogurt
Pane

Pasta all'amatriciana
Sformato di verdura*
Verdura cruda o cotta*
Frutta di stagione/Dolce/yogurt
Pane

Riso allo zucca
Scaloppina di lonza
Verdura cruda o cotta*
Frutta di stagione/Dolce/yogurt
Pane

Pasta al pomodoro
Formaggio
Verdura cruda o cotta*
Frutta di stagione/Dolce/yogurt
Pane

SETTIMANA 4

Pasta olio e parmigiano
Frittata al forno con verdure*
Verdura cotta* o cruda
Frutta di stagione/Dolce/yogurt
Pane

Riso al pomodoro
Formaggio fresco
Verdura cotta* o cruda
Frutta di stagione/Dolce/yogurt
Pane

Polenta
Spezzatino misto (bovino e salsiccia)
Verdura cotta* o cruda
Frutta di stagione/Dolce/yogurt
Pane

Minestra di porri e patate con riso/pasta/orzo
Scaloppina di pollo
Verdura cotta* o cruda
Frutta di stagione/Dolce/yogurt
Pane

Pasta al pomodoro e pesto
Platessa dorata al forno*
Verdura cotta* o cruda
Frutta di stagione/Dolce/yogurt
Pane

NOTE:

Per formaggio fresco si intende : ricotta, stracchino, mozzarella, formaggio spalmabile. In alternativa Toma Piemontese/Asiago

(*)Alcuni ingredienti potrebbero essere in tutto o in parte ingredienti surgelati e/o congelati all'origine

°affettato: prosciutto cotto o arrosto di tacchino

1 volta alla settimana verrà somministrata l'alternativa alla frutta

Menu validato per il Comune di Villar Perosa - Prot.N N. 7388 / 2022 del 25/10/2022

Rev. 10/2023

