



MENU' ASILI E MATERNE
MENU' DI INVERNO DAL 03 AL 28 GENNAIO 2022

| | NA dal 03 AL 07 gennaio | SECONDA SETTIMANA dal 10 al 14 gennaio | TERZA SETTIMANA dal 17 al 21 gennaio | QUARTA SETTIMANA dal 24 al 28 gennaio |
|-------------------|---|--|--|--|
| LUNEDI' | risotto giallo 2,3 formaggio fresco spalmafresco 2 fagiolini* in insalata frutta | pasta integrale con zucchine 1 scaloppina di lonza al limone 1 pure 2 frutta | pasta al pesto 1,2,3,5 prosciutto cotto fagiolini* in insalata frutta | risotto e verdurine (riso integrale, 2,3 arrosto di tacchino spinaci * frutta |
| MARTEDI' | pasta olio e grana 1, 2,3 cuore di nasello *gratinato 1, 4 carote* al vapore budino vaniglia 2 | passato di verdure* con orzo 1 platessa*gratinata 1 4 spinaci * budino cioccolato 2 | crema di fagioli con pasta 1 zucchine yogurt 2 | lasagne (piatto unico) 1,2,3 (per ragu solo carne di manzo) zucchine yogurt 2 |
| MERCOLEDI' | pastina in brodo 1 polpettine di manzo 1,2 pure frutta | risotto al pomodoro 2 frittata al formaggio fagiolini* al vapore frutta | risotto alla parmigiana 2,3 nasello alla mugnaia 4 erbette * frutta | passato di verdure* con farro 1 straccetti pollo al forno purè 2 frutta |
| GIOVEDI' | festa | gnocchetti di patate al ragu 1 fettina di tacchino ai ferri zucchine yogurt 2 | ravioli magro olio e salvia 1,2,3 mozzarella 2 carote e mais frutta | pasta integrale al pomodoro 1 frittata con formaggio 2,3 carote* al vapore budino 2 |
| VENERDI' | passato di verdura e legumicon pasta 1 frittata con formaggio 3, 2 spinaci* frutta | pizza margherita 1,2 fettina di prosciutto cotto carote* al vapore frutta | pasta al pomodoro 1 polpettine al forno 1,2, patate al forno budino 2 | pasta olio salvia e grana 1,2,3 cuore di nasello* gratinato 1,4 fagiolini* frutta |

* alimento surgelato all'origine

allergeni: 1= glutine, 2 latte e derivati, 3 uova e derivati, 4 pesce, 5 frutta secca in guscio
nelle preparazioni di cucina viene utilizzato solo brodo vegetale fresco

MARINA MESSINA
ECONOMISTA DIETISTA
Tel. 095 29025
e-mail: messina@sezio.net