

MENU' INVERNALE SCUOLE SETTIMO TORINESE –

ALUNNO _____ SCUOLA _____ CLASSE _____

SCUOLE DELL'INFANZIA – PRIMARIE – MEDIE INFERIORI

La merenda è prevista per gli allievi delle scuole dell'infanzia

	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA	QUINTA SETTIMANA
LUNEDI'	Risotto allo zafferano Petto di pollo infarinato al limone Spinaci/costine all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: yogurt alla frutta pera/albicocca/vaniglia/banana	Tagliatelle al pomodoro Spezzatino di Pollo Fagiolini all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: Yogurt alla frutta pera/albicocca/vaniglia/banana	Pasta al ragù di lenticchie Formaggio ricotta Carote al forno Pane Frutta di stagione Merenda Budino al cioccolato	Passato di verdura con lenticchie rosse e crostini Hamburger di bovino ai ferri/senza formaggio/salsa ketchup Insalata verde Pane per hamburger Frutta di stagione Merenda latte e corn-flakes	PIZZA ROSSA Formaggio tipo mozzarella Broccoli al forno Grissini Frutta di stagione Merenda: yogurt alla frutta pera/albicocca/vaniglia/banana
MARTEDI'	Pasta all'olio Frittata al parmigiano sottile Piselli aromatici Pane integrale Frutta di stagione Merenda: pane e cioccolato fondente	Raviolini del Plin di magro al pomodoro Farinata di ceci Carote gustose Pane integrale Frutta di stagione Merenda: pane e cioccolato fondente	Pasta alle verdure (poco pomodoro) Tonno all'olio Finocchi julienne in insalata Pane integrale Frutta di stagione Merenda: Pane e marmellata	Pasta all'olio Parmigiano reggiano Carote al forno Pane integrale Banana Merenda: pane e cioccolato fondente	Riso rosa Tortino di platessa Carote all'olio Pane integrale Frutta di stagione Merenda: budino alla vaniglia
MERCOLEDI'	Lasagne alla bolognese Formaggio primo sale Insalata verde Pane Frutta di stagione Merenda mousse di frutta	Pasta burro e salvia Spezzatino di manzo Spinaci all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: Focaccia	Passato di zucca con riso Petto di tacchino impanato Purè di patate Pane Frutta di stagione Merenda: yogurt alla frutta pera/albicocca/vaniglia/banana	Vellutata di carote con riso Straccetti di pollo infarinati Patate al forno Pane Frutta di stagione Merenda: Focaccia	Pasta al ragu' vegetale Rustichella di pollo al forno Costine olio e parmigiano Pane Frutta di stagione Merenda: pane e marmellata
GIOVEDI'	Passato di zucca con miglio Arrosto di lonza Patate al forno Pane integrale Budino al cioccolato Merenda: banana	Passato di legumi chiari (cannellini e ceci) con crostini Tortino di platessa Insalata calda di cavolo cappuccio viola Pane integrale Frutta di stagione Merenda: latte con i biscotti	Orecchiette ai broccoli Bocconcini di pollo e limone (no prosciutto) Insalata verde Pane integrale Frutta di stagione Merenda: latte al cacao e biscotti	Tagliatelle al <u>pomodoro</u> Frittata al parmigiano sottile Fagiolini all'olio Pane integrale Yogurt Merenda: Banana	Gnocchetti sardi al pomodoro Arrosto di vitello Insalata verde e carote Pane integrale Frutta di stagione Merenda: latte con i biscotti
VENERDI'	Penne al pomodoro Bastoncini di pesce Carote al forno Pane Frutta di stagione Merenda: pane e marmellata	Riso ai formaggi Frittata di piselli sottile Cavolfiori all'olio Pane Banana Merenda: Dolce tipo muffin	Penne al pomodoro Tortino arcobaleno Costine all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: succo di frutta 100% solo frutta	Fusilli al pesto e pomodoro Tortino di Nasello Spinaci all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: Budino alla vaniglia	Pasta all'olio Crocchette di soia con ricotta Finocchi gratinati Pane Yogurt alla frutta Merenda: banana

MENU ESTIVO SCUOLE SETTIMO TORINESE

ALUNNO _____ SCUOLA _____ CLASSE _____

SCUOLE DELL'INFANZIA – PRIMARIE - MEDIE INFERIORI

La merenda è prevista per gli allievi delle scuole dell'infanzia

	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA	QUINTA SETTIMANA
LUNEDI'	Lasagne al pesto Uovo sodo Insalata di pomodori Cracker Frutta di stagione Merenda: pane e marmellata	Cous Cous con verdure Polpette di vitello al pomodoro Spinaci all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: pane e marmellata	Focaccia Arrosto di tacchino olio e limone Carote in insalata Grissini Budino alla vaniglia Merenda: banana	Pasta pomodoro e basilico Hamburger di bovino morbido Spinaci saltati all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: pane e cioccolato	Pizza rossa Mozzarella Zucchine primavera Grissini Frutta di stagione Merenda: yogurt alla frutta (pera/albicocca/banana/vaniglia)
MARTEDI'	Riso allo zafferano Sovracoscia di pollo al forno Fagiolini saltati all'olio Pane integrale Frutta di stagione Merenda: Budino al cioccolato	Pasta al pomodoro Hummus di ceci con crostini Insalata di carote Pane integrale Frutta di stagione Merenda: Merenda tipo muffin	Vellutata di zucchini con crostini Formaggio primo sale Patate e carote olio e parmigiano (no zucchini) Pane integrale Frutta di stagione Merenda: yogurt alla frutta (pera/albicocca/banana/vaniglia)	Riso allo zafferano Mozzarella Insalata mista Pane integrale Frutta di stagione Merenda: yogurt alla frutta (pera/albicocca/banana/vaniglia)	Orecchiette al pomodoro Tortino di verdura e ricotta Insalata di carote Pane integrale Frutta di stagione Merenda: pane e marmellata
MERCOLEDI'	Pasta al pomodoro Ricotta Insalata verde ceci e mais Pane Frutta di stagione Merenda: latte e corn-flakes	Insalata di riso rosso con peperoni, cetrioli e feta Straccetti di tacchino al forno Zucchine all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: frollini	Pasta tricolore olio e parmigiano Straccetti di pollo al forno Peperonata Pane Frutta di stagione Merenda: latte e frollini	Crespelle di ricotta e spinaci Polpette di piselli Insalata carote calda (no patate) Pane Frutta di stagione Merenda: focaccia	Insalata di pasta Arrosto di lonza Fagiolini in insalata Pane Frutta di stagione Merenda: yogurt alla frutta
GIOVEDI'	Riso olio e parmigiano Arrosto di vitello Insalata di carote Pane integrale Dessert vaniglia/cioccolato Merenda: Banana	Pizza rossa Parmigiano reggiano Insalata verde Grissini Dessert vaniglia/cioccolato Merenda: Banana	Tagliatelle al pomodoro Crocchette di soia con ricotta Insalata pomodori e olive Pane integrale Frutta di stagione Merenda: pane e cioccolato	Passato di verdura con orzo Sovracoscia di pollo al forno Patate al forno Pane integrale Dessert vaniglia/cioccolato Merenda: frutta di stagione	Risotto olio e parmigiano Tonno all'olio Insalata di pomodori Pane integrale Dessert vaniglia/cioccolato Merenda: banana
VENERDI'	Trenette al pomodoro Bastoncini di pesce Zucchine gratinate Pane Frutta di stagione Merenda: yogurt alla frutta (pera/albicocca/banana/vaniglia)	Mezze penne in bianco Tonno all'olio Insalata di pomodori Pane Frutta di stagione Merenda: latte al cacao e corn-flakes	Riso al pomodoro Tortino di platessa Insalata verde Pane Frutta di stagione Merenda: budino alla vaniglia	Pasta al sugo di melanzane Tortino di merluzzo Insalata di pomodori e olive Pane Frutta di stagione Merenda: budino al cioccolato	Pasta al ragù di verdure Straccetti di pollo impanati al forno Peperonata Pane Frutta di stagione Merenda: dolce tipo muffin

MENU' AUTUNNALE SCUOLE SETTIMO TORINESE –

ALUNNO _____ SCUOLA _____ CLASSE _____

SCUOLE DELL'INFANZIA – PRIMARIE – MEDIE INFERIORI

La merenda è prevista per gli allievi delle scuole dell'infanzia

	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA	QUINTA SETTIMANA
LUNEDI'	Risotto allo zafferano Petto di pollo infarinato al limone Spinaci/costine all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: yogurt alla frutta pera/albicocca/vaniglia/banana	Tagliatelle al pomodoro Spezzatino di Pollo Fagiolini all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: Yogurt alla frutta pera/albicocca/vaniglia/banana	Pasta al ragù di lenticchie Formaggio ricotta Carote al forno Pane Frutta di stagione Merenda Budino al cioccolato	Passato di verdura con lenticchie rosse e crostini Hamburger di bovino ai ferri/senza formaggio/salsa ketchup Insalata verde Pane per hamburger Banana (cambio con martedì) Merenda latte e corn-flakes	PIZZA ROSSA Formaggio tipo mozzarella Broccoli al forno Grissini Frutta di stagione Merenda: yogurt alla frutta pera/albicocca/vaniglia/banana
MARTEDI'	Pasta all'olio Frittata al parmigiano sottile Piselli aromatici Pane integrale Frutta di stagione Merenda: pane e cioccolato fondente	Raviolini del Plin di magro al pomodoro Farinata di ceci Carote gustose Pane integrale Frutta di stagione Merenda: pane e cioccolato fondente	Gnocchi alla romana Tonno all'olio Finocchi julienne in insalata Pane integrale Frutta di stagione Merenda: Pane e marmellata	Pasta alle noci Parmigiano reggiano Carote al forno Pane integrale Frutta di stagione (cambio con lunedì) Merenda: pane e cioccolato fondente	Riso rosa Tortino di platessa Carote all'olio Pane integrale Frutta di stagione Merenda: budino alla vaniglia
MERCOLEDI'	Lasagne alla bolognese Formaggio primo sale Insalata verde Pane Frutta di stagione Merenda mousse di frutta	Pasta burro e salvia Spezzatino di manzo Spinaci all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: Focaccia	Passato di zucca con riso Petto di tacchino impanato Purè di patate Pane Frutta di stagione Merenda: yogurt alla frutta pera/albicocca/vaniglia/banana	Vellutata di carote con riso Straccetti di pollo infarinati Patate al forno Pane Frutta di stagione Merenda: Focaccia	Pasta al ragu' vegetale Rustichella di pollo al forno Costine olio e parmigiano Pane Frutta di stagione Merenda: pane e marmellata
GIOVEDI'	Passato di zucca con miglio Arrosto di lonza Patate al forno Pane integrale Budino al cioccolato Merenda: banana	Passato di ceci con pastina Tortino di platessa Insalata calda di cavolo cappuccio viola Pane integrale Frutta di stagione Merenda: latte con i biscotti	Orecchiette ai broccoli Prosciutto cotto Insalata verde Pane integrale Frutta di stagione Merenda: latte al cacao e biscotti	Tagliatelle al <u>pomodoro</u> Frittata al parmigiano sottile Fagiolini all'olio Pane integrale Yogurt Merenda: Banana	Gnocchetti sardi al pomodoro Arrosto di vitello Insalata verde e carote Pane integrale Frutta di stagione Merenda: latte con i biscotti
VENERDI'	Penne al pomodoro Bastoncini di pesce Carote al forno Pane Frutta di stagione Merenda: pane e marmellata	Riso ai formaggi Frittata di piselli sottile Cavolfiori all'olio Pane Banana Merenda: Dolce tipo muffin	Penne al pomodoro Tortino arcobaleno Costine all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: succo di frutta 100% solo frutta	Fusilli al pesto e pomodoro Tortino di Nasello Spinaci all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: Budino alla vaniglia	Pasta all'olio Burger di legumi Finocchi gratinati Pane Yogurt alla frutta Merenda: banana

MENU PRIMAVERILE SCUOLE SETTIMO TORINESE

ALUNNO _____ SCUOLA _____ CLASSE _____ SCUOLE

DELL'INFANZIA – PRIMARIE - MEDIE INFERIORI

La merenda è prevista per gli allievi delle scuole dell'infanzia

	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA	QUINTA SETTIMANA
LUNEDI'	Pasta al tonno (ASL) Uovo sodo Insalata di pomodori Cracker integrali Frutta di stagione Merenda: pane e marmellata	Cous Cous con verdure Polpette di vitello al pomodoro Spinaci all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: pane e marmellata	Focaccia Arrosto di tacchino olio e limone Carote in insalata Grissini Budino alla vaniglia Merenda: banana	Pasta pomodoro e basilico Hamburger di bovino morbido Spinaci saltati all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: pane e cioccolato	Pizza rossa Mozzarella Zucchine primavera Grissini Frutta di stagione Merenda: yogurt alla frutta (pera/albicocca/banana/vaniglia)
MARTEDI'	Riso allo zafferano Sovracoscia di pollo al forno Fagiolini saltati all'olio Pane integrale Frutta di stagione Merenda: Budino al cioccolato	Pasta al pomodoro Hummus di ceci con crostini Insalata di carote Pane integrale Frutta di stagione Merenda: Merenda tipo muffin	Crema di ceci con crostini Formaggio primo sale Zucchine e Patate olio e parmigiano Pane integrale Frutta di stagione Merenda: yogurt alla frutta (pera/albicocca/banana/vaniglia)	Riso allo zafferano Mozzarella Insalata mista Pane integrale Frutta di stagione Merenda: yogurt alla frutta (pera/albicocca/banana/vaniglia)	Orecchiette al pomodoro Tortino di verdura e ricotta Insalata verde Pane integrale Frutta di stagione Merenda: pane e marmellata
MERCOLEDI'	Pasta al pomodoro Ricotta Insalata verde con ceci e mais Pane Frutta di stagione Merenda: latte e corn-flakes	Riso agli aromi Straccetti di tacchino al forno Zucchine all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: frollini	Pasta tricolore olio e parmigiano Straccetti di pollo al forno Spinaci all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: latte e frollini	Crespelle di ricotta e spinaci Falafel di ceci con salsa yogurt Insalata carote calda (no patate) Pane Frutta di stagione Merenda: focaccia	Penne al pomodoro Arrosto di lonza Fagiolini in insalata Pane Frutta di stagione Merenda: yogurt alla frutta
GIOVEDI'	Riso olio e parmigiano Arrosto di vitello Insalata di carote Pane integrale Dessert vaniglia/cioccolato Merenda: Banana	Pizza rossa Parmigiano reggiano Insalata verde Grissini Dessert vaniglia/cioccolato Merenda: Banana	Tagliatelle al pomodoro Crocchette di soia con ricotta Insalata pomodori e olive Pane integrale Frutta di stagione Merenda: pane e cioccolato	Passato di verdura con orzo Sovracoscia di pollo al forno Patate al forno Pane integrale Dessert vaniglia/cioccolato Merenda: frutta di stagione	Risotto olio e parmigiano Tonno all'olio Insalata di pomodori Pane integrale Dessert vaniglia/cioccolato Merenda: banana
VENERDI'	Trenette al pesto e pomodoro Bastoncini di pesce Zucchine gratinate Pane Frutta di stagione Merenda: yogurt alla frutta (pera/albicocca/banana/vaniglia)	Mezze penne in bianco Tonno all'olio Insalata di pomodori Pane Frutta di stagione Merenda: latte al cacao e corn-flakes	Riso al pomodoro Tortino di platessa Insalata verde Pane Frutta di stagione Merenda: budino alla vaniglia	Pasta al sugo di melanzane Tortino di merluzzo Insalata di pomodori e olive Pane Frutta di stagione Merenda: budino al cioccolato	Pasta al ragù di verdure Straccetti di pollo impanati al forno Insalata di carote Pane Frutta di stagione Merenda: dolce tipo muffin