MENU' INVERNALE **SCUOLE SETTIMO TORINESE**

MASTER FRUTTA SECCA

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 alla vaniglia**	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 **marmellata**	Passato di verdura Farinata di ceci Carote gustose Pane integrale Frutta di stagione Merenda: pane e **marmellata**	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 **marmellata**	Riso rosa Tortino di platessa Carote all'olio Pane integrale Frutta di stagione Merenda: budino alla vaniglia
MERCOLEDI'	Lasagne alla bolognese Formaggio primo sale (mezza porzione) 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 ragù 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 alla vaniglia** 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 (no frutta secca)**	Orecchiette ai broccoli Spezzatino di vitello Insalata verde Pane integrale Frutta di stagione Merenda: **succo di frutta** e **biscotti (no frutta secca)**	Tagliatelle al pomodoro 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 (no frutta secca)**
VENERDI'	Penne al pomodoro **Bastoncini di pesce (no allergeni)** Carote al forno Pane Frutta di stagione Merenda: pane e marmellata	Riso ai formaggi Frittata di piselli sottile Cavolfiori all'olio Pane Banana Merenda: **biscotti (no frutta secca)**	Penne al pomodoro Tortino arcobaleno Costine all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: succo di frutta 100% solo frutta	**Fusilli al pomodoro** Tortino di Nasello Spinaci all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: Budino alla vaniglia	Pasta all'olio **Crocchette di legumi** Finocchi gratinati Pane Yogurt alla frutta Merenda: banana

Anno scolastico 2026-2027 **Per i condimenti rossi usare i pelati e non la passata**

MENU ESTIVO

SCUOLE SETTIMO TORINESE
MASTER FRUTTA SECCA

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 (*pesto prodotto presso cottura*) 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 **marmellata**	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 alla vaniglia**	Pasta al pomodoro Hummus di ceci con crostini Insalata di carote Pane integrale Frutta di stagione Merenda: **biscotti (no frutta secca)**	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 (NO feta) Straccetti di tacchino al forno Zucchine all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: **biscotti (no frutta secca)**	Pasta tricolore olio e parmigiano Straccetti di pollo al forno Peperonata Pane Frutta di stagione Merenda: latte e **biscotti (no frutta secca)**	**Pasta ricotta e spinaci** Polpette di piselli Insalata carote calda (no patate) Pane Frutta di stagione Merenda: focaccia	Insalata di pasta Burger di legumi 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** Merenda: Banana	Pizza rossa Parmigiano reggiano Insalata verde Grissini **Dessert vaniglia** Merenda: Banana	Tagliatelle al pomodoro **Crocchette di legumi** Insalata pomodori e olive Pane integrale Frutta di stagione Merenda: **pane e marmellata**	Passato di verdura con orzo Sovracoscia di pollo al forno Patate al forno Pane integrale **Dessert vaniglia** Merenda: frutta di stagione	Risotto olio e parmigiano Tonno all'olio Insalata di pomodori Pane integrale **Dessert vaniglia** Merenda: banana
VENERDI'	Trenette al pomodoro **Bastoncini di pesce (no allergeni**) 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: **succo di frutta** 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 alla vaniglia**	Pasta al ragù di verdure Straccetti di pollo impanati al forno Peperonata Pane Frutta di stagione Merenda: **biscotti no frutta secca**

Anno scolastico 2026-2027 **Per i condimenti rossi usare i pelati e non la passata**

MENU' AUTUNNALE — SCUOLE SETTIMO TORINESE

MASTER FRUTTA SECCA

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 alla vaniglia**	Passato di verdura con lenticchie rosse e crostini Hamburger di bovino ai ferri/senza formaggio/salsa ketchup Insalata verde Pane per hamburger Banana 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 **marmellata**	Passato di verdura Farinata di ceci Carote gustose Pane integrale Frutta di stagione Merenda: pane e **marmellata**	Gnocchi alla romana Tortino arcobaleno Costine all'olio Pane integrale Frutta di stagione Merenda: Pane e marmellata	**Pasta all'olio** Parmigiano reggiano Carote al forno Pane integrale Frutta di stagione Merenda: pane e **marmellata**	Riso rosa Tortino di platessa Carote all'olio Pane integrale Frutta di stagione Merenda: budino alla vaniglia
MERCOLEDI'	Lasagne alla bolognese Formaggio tomino fresco 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 alla vaniglia** 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 (no frutta secca)**	Orecchiette ai broccoli Prosciutto cotto Insalata verde Pane integrale Frutta di stagione Merenda: **succo di frutta e biscotti (no frutta secca)**	Tagliatelle al pomodoro 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 (no frutta secca)**
VENERDI'	Penne al pomodoro **Bastoncini di pesce (no allergeni)** Carote al forno Pane Frutta di stagione Merenda: pane e marmellata	Riso ai formaggi Frittata di piselli sottile Cavolfiori all'olio Pane Banana Merenda: **biscotti no frutta secca**	Penne al pomodoro Tonno all'olio Finocchi julienne in insalata Pane Frutta di stagione Merenda: succo di frutta 100% solo frutta	**Pasta al 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

Anno scolastico 2026-2027 — **Per i condimenti rossi usare i pelati e non la passata**

MENU PRIMAVERILE

SCUOLE SETTIMO TORINESE

MASTER FRUTTA SECCA

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 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 **marmellata**	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 alla vaniglia**	Pasta al pomodoro Hummus di ceci con crostini Insalata di carote Pane integrale Frutta di stagione Merenda: **biscotti no frutta secca**	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: **biscotti no frutta secca**	Pasta tricolore olio e parmigiano Straccetti di pollo al forno Spinaci all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: latte e **biscotti no frutta secca**	**Pasta ricotta e spinaci** Falafel di ceci con salsa yogurt Insalata carote calda (no patate) Pane Frutta di stagione Merenda: focaccia	Penne al pomodoro Burger di legumi 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** Merenda: Banana	Pizza rossa Parmigiano reggiano Insalata verde Grissini **Dessert vaniglia** Merenda: Banana	Tagliatelle al pomodoro **Crocchette di legumi** Insalata pomodori e olive Pane integrale Frutta di stagione Merenda: pane e **marmellata**	Passato di verdura con orzo Sovracoscia di pollo al forno Patate al forno Pane integrale **Dessert vaniglia** Merenda: frutta di stagione	Risotto olio e parmigiano Tonno all'olio Insalata di pomodori Pane integrale **Dessert vaniglia** Merenda: banana
VENERDI'	**Pasta al pomodoro** **Bastoncini di pesce (no allergeni)** 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: **succo di frutta** 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 alla vaniglia**	Pasta al ragù di verdure Straccetti di pollo impanati al forno Insalata di carote Pane Frutta di stagione Merenda: **biscotti no frutta secca**

Anno scolastico 2026-2027 **Per i condimenti rossi usare i pelati e non la passata**