MENU' INVERNALE

SCUOLE SETTIMO TORINESE
MASTER NO LATTOSIO

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 (no latte)** Petto di pollo infarinato al limone Spinaci/costine all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: **Yogurt no lattosio**	Tagliatelle al pomodoro Spezzatino di Pollo Fagiolini all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: **Yogurt no lattosio**	Pasta al ragù di lenticchie **Formaggio no lattosio** Carote al forno Pane Frutta di stagione Merenda **Yogurt no lattosio**	Passato di verdura con lenticchie rosse e crostini **Svizzerina di bovino** /senza formaggio/salsa ketchup Insalata verde Pane per hamburger Frutta di stagione Merenda **succo di frutta** e corn-flakes	PIZZA ROSSA **Formaggio no lattosio** Broccoli al forno **Grissini (no latte)** Frutta di stagione Merenda: **Yogurt no lattosio**
MARTEDI'	Pasta all'olio **Frittata al parmigiano sottile (no latte)** 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 all'olio** (prendere da vitto comune) **Tortino di platessa (no latte)** Carote all'olio Pane integrale Frutta di stagione Merenda: **Yogurt no lattosio**
MERCOLEDI'	**Pasta al pomodoro** **Formaggio no lattosio** Insalata verde Pane Frutta di stagione Merenda mousse di frutta	**Pasta olio 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 (no latte)** Pane Frutta di stagione Merenda: **Yogurt no lattosio**	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 **Yogurt no lattosio** Merenda: banana	Passato di legumi chiari (cannellini e ceci) con crostini **Tortino di platessa no latte** Insalata calda di cavolo cappuccio viola Pane integrale Frutta di stagione Merenda: **succo di frutta e biscotti (no latte)**	Orecchiette ai broccoli Spezzatino di vitello Insalata verde Pane integrale Frutta di stagione Merenda: **succo di frutta e biscotti (no latte)**	Tagliatelle al pomodoro **Frittata al parmigiano sottile (no latte)** Fagiolini all'olio Pane integrale **Yogurt no lattosio** Merenda: Banana	Gnocchetti sardi al pomodoro Arrosto di vitello Insalata verde e carote Pane integrale Frutta di stagione Merenda: **succo di frutta e biscotti (no latte)**
VENERDI'	Penne al pomodoro **Bastoncini di pesce (no allergeni)** Carote al forno Pane Frutta di stagione Merenda: pane e marmellata	**Riso all'olio** **Frittata di piselli sottile (no latte)** Cavolfiori all'olio Pane Banana Merenda: **biscotti (no latte)**	Penne al pomodoro **Tortino arcobaleno (no latte)** Costine all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: succo di frutta 100% solo frutta	**Pasta al pomodoro** **Tortino di Nasello (no latte)** Spinaci all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: **Yogurt no lattosio**	Pasta all'olio **Crocchette di soia (no latte)** Finocchi gratinati Pane **Yogurt no lattosio** Merenda: banana

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

MENU ESTIVO

SCUOLE SETTIMO TORINESE
MASTER NO LATTOSIO

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 pomodoro** Uovo sodo Insalata di pomodori Cracker Frutta di stagione Merenda: pane e marmellata	Cous Cous con verdure **Polpette di vitello al pomodoro (no latte)** Spinaci all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: pane e marmellata	Focaccia Arrosto di tacchino olio e limone Carote in insalata **Grissini (no latte)** **Yogurt no lattosio** Merenda: banana	Pasta pomodoro e basilico **Svizzerina di bovino morbido** Spinaci saltati all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: pane e **marmellata**	Pizza rossa **Formaggio no lattosio** Zucchine primavera **Grissini (no latte)** Frutta di stagione Merenda: **Yogurt no lattosio**
MARTEDI'	**Riso allo zafferano (no latte)** Sovracoscia di pollo al forno Fagiolini saltati all'olio Pane integrale Frutta di stagione Merenda: **Yogurt no lattosio**	Pasta al pomodoro Hummus di ceci con crostini Insalata di carote Pane integrale Frutta di stagione Merenda: **biscotti (no latte)**	Vellutata di zucchini con crostini **Formaggio no lattosio** Patate e carote con parmigiano Pane integrale Frutta di stagione Merenda: **Yogurt no lattosio**	**Riso allo zafferano (no latte)** sp **Formaggio no lattosio** Insalata mista Pane integrale Frutta di stagione Merenda: **Yogurt no lattosio**	Orecchiette al pomodoro **Tortino di verdura (no latte)** Insalata di carote Pane integrale Frutta di stagione Merenda: pane e marmellata
MERCOLEDI'	Pasta al pomodoro **Formaggio no lattosio** Insalata verde ceci e mais Pane Frutta di stagione Merenda: **succo di frutta** 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 latte)**	Pasta tricolore olio Straccetti di pollo al forno Peperonata Pane Frutta di stagione Merenda: **succo di frutta e biscotti (no latte)**	**Pasta all'olio** **Polpette di piselli (no latte**) Insalata carote calda (no patate) Pane Frutta di stagione Merenda: focaccia	Insalata di pasta **Burger di legumi (no latte)** Fagiolini in insalata Pane Frutta di stagione Merenda: **Yogurt no lattosio**
GIOVEDI'	Riso olio Arrosto di vitello Insalata di carote Pane integrale **Yogurt no lattosio** Merenda: Banana	Pizza rossa Parmigiano reggiano Insalata verde **Grissini (no latte)** **Yogurt no lattosio** Merenda: Banana	Tagliatelle al pomodoro **Crocchette di soia (no latte)** 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 **Yogurt no lattosio** Merenda: frutta di stagione	Risotto olio Tonno all'olio Insalata di pomodori Pane integrale **Yogurt no lattosio** Merenda: banana
VENERDI'	Trenette al pomodoro **Bastoncini di pesce (no allergeni)** Zucchine gratinate Pane Frutta di stagione Merenda: **Yogurt no lattosio**	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 (no latte)** Insalata verde Pane Frutta di stagione Merenda: **Yogurt no lattosio**	Pasta al sugo di melanzane **Tortino di merluzzo (no latte)** Insalata di pomodori e olive Pane Frutta di stagione Merenda: **Yogurt no lattosio**	Pasta al ragù di verdure Straccetti di pollo impanati al forno Peperonata Pane Frutta di stagione Merenda: **biscotti (no latte)**

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

MENU' AUTUNNALE — SCUOLE SETTIMO TORINESE

MASTER NO LATTOSIO

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 (no latte)** Petto di pollo infarinato al limone Spinaci/costine all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: **Yogurt no lattosio**	Tagliatelle al pomodoro Spezzatino di Pollo Fagiolini all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: **Yogurt no lattosio**	Pasta al ragù di lenticchie **Formaggio no lattosio** Carote al forno Pane Frutta di stagione Merenda **Yogurt no lattosio**	Passato di verdura con lenticchie rosse e crostini **Svizzerina di bovino** senza formaggio/salsa ketchup Insalata verde Pane per hamburger Banana Merenda **succo di frutta** e corn-flakes	PIZZA ROSSA **Formaggio no lattosio** Broccoli al forno **Grissini (no latte)** Frutta di stagione Merenda: **Yogurt no lattosio**
MARTEDI'	Pasta all'olio **Frittata al parmigiano sottile no latte** 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 no lattosio** **Tortino arcobaleno (no latte**) 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 all'olio** (prendere da vitto comune**)** **Tortino di platessa (no latte)** Carote all'olio Pane integrale Frutta di stagione Merenda: **Yogurt no lattosio**
MERCOLEDI'	**Pasta al pomodoro** **Formaggio no lattosio** Insalata verde Pane Frutta di stagione Merenda mousse di frutta	**Pasta olio 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 (no latte)** Pane Frutta di stagione Merenda: **Yogurt no lattosio**	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 **Yogurt no lattosio** Merenda: banana	Passato di ceci con pastina **Tortino di platessa (no latte)** Insalata calda di cavolo cappuccio viola Pane integrale Frutta di stagione Merenda: **succo di frutta e biscotti (no latte)**	Orecchiette ai broccoli Prosciutto cotto Insalata verde Pane integrale Frutta di stagione Merenda: **succo e biscotti (no latte)**	Tagliatelle al pomodoro **Frittata al parmigiano sottile no latte** Fagiolini all'olio Pane integrale **Yogurt no lattosio** Merenda: Banana	Gnocchetti sardi al pomodoro Arrosto di vitello Insalata verde e carote Pane integrale Frutta di stagione Merenda: **succo e biscotti (no latte)**
VENERDI'	Penne al pomodoro **Bastoncini di pesce (no allergeni)** Carote al forno Pane Frutta di stagione Merenda: pane e marmellata	**Riso all'olio** **Frittata di piselli sottile (no latte)** Cavolfiori all'olio Pane Banana Merenda: **biscotti (no latte)**	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 (no latte)** Spinaci all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: **Yogurt no lattosio**	Pasta all'olio Burger di legumi (no latte) Finocchi gratinati Pane **Yogurt no lattosio** Merenda: banana

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

MENU PRIMAVERILE

SCUOLE SETTIMO TORINESE
MASTER NO LATTOSIO

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 (no latte)** Spinaci all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: pane e marmellata	Focaccia Arrosto di tacchino olio e limone Carote in insalata **Grissini (no latte)** **Yogurt no lattosio** Merenda: banana	Pasta pomodoro e basilico **Svizzerina di bovino** Spinaci saltati all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: pane e **marmellata**	Pizza rossa **Formaggio no lattosio** Zucchine primavera **Grissini (no latte)** Frutta di stagione Merenda: **Yogurt no lattosio**
MARTEDI'	**Riso allo zafferano (no latte)** Sovracoscia di pollo al forno Fagiolini saltati all'olio Pane integrale Frutta di stagione Merenda: **Yogurt no lattosio**	Pasta al pomodoro Hummus di ceci con crostini Insalata di carote Pane integrale Frutta di stagione Merenda: **biscotti (no latte)**	Crema di ceci con crostini **Formaggio no lattosio** Zucchine e Patate olio e parmigiano Pane integrale Frutta di stagione Merenda: **yogurt no lattosio**	**Riso allo zafferano (no latte)** **Formaggio no lattosio** Insalata mista Pane integrale Frutta di stagione Merenda: **yogurt no lattosio**	Orecchiette al pomodoro **Tortino di verdura (no latte)** Insalata verde Pane integrale Frutta di stagione Merenda: pane e marmellata
MERCOLEDI'	Pasta al pomodoro **Formaggio no lattosio** Insalata verde con ceci e mais Pane Frutta di stagione Merenda: **succo di frutta** e corn-flakes	Riso agli aromi Straccetti di tacchino al forno Zucchine all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: **biscotti no latte**	Pasta tricolore olio Straccetti di pollo al forno Spinaci all'olio Pane Frutta di stagione Merenda: **succo di frutta + biscotti no latte**	**Pasta all'olio** Falafel di ceci **no salsa yogurt** Insalata carote calda (no patate) Pane Frutta di stagione Merenda: focaccia	Penne al pomodoro **Burger di legumi (no latte)** Fagiolini in insalata Pane Frutta di stagione Merenda: **yogurt no lattosio**
GIOVEDI'	Riso olio Arrosto di vitello Insalata di carote Pane integrale **yogurt no lattosio** Merenda: Banana	Pizza rossa Parmigiano reggiano Insalata verde **Grissini (no latte)** **yogurt no lattosio** Merenda: Banana	Tagliatelle al pomodoro **Crocchette di soia (no latte)** 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 **yogurt no lattosio** Merenda: frutta di stagione	Risotto olio Tonno all'olio Insalata di pomodori Pane integrale **yogurt no lattosio** Merenda: banana
VENERDI'	**Pasta al pomodoro** **Bastoncini di pesce (no allergeni)** Zucchine gratinate Pane Frutta di stagione Merenda: **yogurt no lattosio**	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 (no latte)** Insalata verde Pane Frutta di stagione Merenda: **yogurt no lattosio**	Pasta al sugo di melanzane **Tortino di merluzzo (no latte)** Insalata di pomodori e olive Pane Frutta di stagione Merenda: **yogurt no lattosio**	Pasta al ragù di verdure Straccetti di pollo impanati al forno Insalata di carote Pane Frutta di stagione Merenda: **biscotti no latte**

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