

COOPERATIVA SOCIALE ONLUS

Un Fiore per la Vita

PER LA SCUOLA DELL' INFANZIA E PRIMARIA
a cura della Dott.ssa Castiello Carmelina
Biologa-Nutrizionista

MENU' SETTIMANALE Autunno/ Inverno 2026/2027

1° SETTIMANA

Lunedì	Pasta con passato di lenticchie	Bastoncini di pesce al forno
Martedì	Pasta al pomodoro	Polpette di manzo
Mercoledì	Pasta con patate	Prosciutto cotto
Giovedì	Pasta con passato di zucca	Cotoletta di pollo
Venerdì	Riso al pomodoro	Omelette al formaggio

2° SETTIMANA

Lunedì	Pasta con passato di fagioli	Bastoncini di pesce
Martedì	Riso al pomodoro	Sformatino di uova e spinaci
Mercoledì	Pasta con zucca	Formaggio fresco spalmabile
Giovedì	Pasta al pomodoro	Polpettone di manzo
Venerdì	Pasta con patate	Prosciutto cotto

3° SETTIMANA

Lunedì	Pasta con piselli	Bastoncini di pesce
Martedì	Pasta al pomodoro	Polpette al sugo
Mercoledì	Pasta con zucca	Prosciutto cotto
Giovedì	Pasta con passato di verdure	Petto di pollo
Venerdì	Riso al pomodoro	Frittatina

4° SETTIMANA

Lunedì	Pasta con passato di fagioli	Bastoncini di pesce
Martedì	Pasta al pomodoro	Prosciutto cotto
Mercoledì	Pasta con zucca	Frittatina
Giovedì	Riso al pomodoro	Cotoletta di mare
Venerdì	Pasta con patate	Cotoletta di pollo ...

NOTE

- Per condimento è utilizzato olio extravergine d'oliva e sale fino iodato
- Tutti i giorni è distribuita una monoporzione di pane/ panino ad ogni singolo bambino/a
- Ai pasti giornalieri si aggiunge il **CONTORNO**; contorno fresco di stagione: carote, lattuga, zucchine, spinaci, finocchi, patate...
- Il pasto si completa con una porzione di **FRUTTA**; frutta fresca di stagione o una purea di frutta
- Ai più piccoli, su richiesta, si può utilizzare un formato di pasta più piccolo

Per i celiaci, tutti i primi piatti sono sostituiti con pasta senza glutine; i secondi impanati sono preparati con panatura senza glutine (es. farina di mais o pane grattugiato SG); i condimenti contenenti glutine sono sostituiti con analoghi prodotti certificati '**Senza Glutine**' (**Gluten-Free**); il pane/ panino è sostituito con pane confezionato singolarmente certificato senza glutine.

N.B. Il menù talvolta potrebbe subire delle variazioni in base alla disponibilità degli alimenti acquistati giornalmente

Dott.ssa Carmelina Castiello