

CITTA' DI MONCALIERI - SCUOLE DELL'INFANZIA A.S. 2021-2022

MENU' ESTIVO

Dal 2 MAGGIO 2022 A OTTOBRE 2022

SCHEMA DIETETICO: SENZA PROTEINE ANIMALI

Verificare sempre gli ingredienti dei prodotti confezionati

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1a S E T T I M A N	Fusilli con zucchine e zafferano Lenticchie in umido Insalata di pomodori e origano Pane Frutta di stagione	Passato di verdure con pasta Ceci al rosmarino Patate e rosmarino al forno Pane Melone	Riso al pomodoro e peperoni frullati Fagioli salvia e rosmarino Insalata mista (verde e pomodori) Pane Frutta di stagione	Trofie al pomodoro /Cous Cous con carote, zucchine e basilico Lenticchie in umido Piselli all'olio aromatizzato Pane Banana	Gnocchetti sardi al pomodoro Fagioli lessi caldi Insalata di carote Pane Frutta di stagione
2a S E T T I M A N	Rigatoni al pomodoro Lenticchie in umido Insalata verde con pomodori Pane Mousse di frutta/Mousse di frutta	Conchiglie all'olio Piselli all'olio Insalata di carote olio e limone Pane Frutta di stagione	Vellutata di zucchine con farro/riso Fagioli salvia e rosmarino Fagiolini e patate all'olio aromi (caldi) Pane Frutta di stagione	Pizza al pomodoro/Focaccia bianca Ceci al rosmarino Insalata mista (Verde, carote, peperone) Grissini Succo di frutta	Riso al pomodoro Insalata di fagioli(caldi o freddi)/ Lenticchie stufate Insalata di pomodori e cetrioli Pane Frutta di stagione
3a S E T T I M A N	Chifferi al pomodoro e basilico Piselli all'olio aromatizzato Insalata verde con pomodori Pane Mousse di frutta	Mezze maniche con crema di zucchine Lenticchie in umido Insalata di carote olio e limone Pane Frutta di stagione	Passato di verdure con pasta/pasta all'olio e salvia Fagioli in umido Fagiolini e patate (caldi o freddi) Pane Banana	Riso pomodoro Piselli all'olio arom. Zucchine e carote al forno Pane Frutta di stagione	Trofie al pomodoro Ceci al rosmarino Spinaci all'olio aromatizzato Pane Melone o anguria
4a S E T T I M A N	Pasta al pomodoro e basilico Lenticchie in umido Insalata mista (carote e verde) Pane Frutta di stagione	Vellutata di zucchine con riso/ Pasta al pomodoro Fagioli stufati/Legumi stufati Insalata di pomodori e cetrioli Pane Frutta di stagione/anguria	Fusilli alle melanzane frullate Ceci al rosmarino Spinaci all'olio Pane Banana	Pasta all'olio Insalata di fagioli Insalata di carote Pane Mousse di frutta	Spaghetti all'olio e salvia Piselli all'olio aromatizzato Zucchine gratinate al forno Pane Frutta di stagione

ITTA' DI MONCALIERI - SCUOLE PRIMARIA A.S. 2021-2022

MENU' ESTIVO

DAL 2 MAGGIO 2022 A OTTOBRE 2022

SCHEMA DIETETICO: SENZA PROTEINE ANIMALI

Verificare sempre gli ingredienti dei prodotti confezionati

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1a S E T T I M A N A	Fusilli con zucchine e zafferano Lenticchie in umido Insalata di pomodori e origano Pane Frutta di stagione	Passato di verdure con pasta Ceci al rosmarino Patate e rosmarino al forno Pane Melone	Riso al pomodoro e peperoni frullati Fagioli salvia e rosmarino Insalata mista (verde e pomodori) Pane Frutta di stagione	Trofie al pomodoro /Cous Cous con carote, zucchine e basilico Lenticchie in umido Piselli all'olio aromatizzato Pane Banana	Gnocchetti sardi al pomodoro Fagioli lessi caldi Insalata di carote Pane Frutta di stagione
2a S E T T I M A N A	Rigatoni al pomodoro Lenticchie in umido Insalata verde con pomodori Pane Mousse di frutta/ Mousse di frutta	Conchiglie all'olio Piselli all'olio Insalata di carote olio e limone Pane Frutta di stagione	Vellutata di zucchine con farro/riso Fagioli salvia e rosmarino Fagiolini e patate all'olio arom (caldi) Pane Frutta di stagione	Pizza al pomodoro/Focaccia bianca Ceci al rosmarino Insalata mista (Verde,carote,peperone) Grissini Succo di frutta	Riso al pomodoro Insalata di fagioli(caldi o freddi)/ Legumi stufati Insalata di pomodori e cetrioli Pane Frutta di stagione
3a S E T T I M A N A	Chifferi al pomodoro e basilico Piselli all'olio aromatizzato Insalata verde con pomodori Pane Mousse di frutta	Mezze maniche con crema di zucchine Lenticchie in umido Insalata di carote olio e limone Pane Frutta di stagione	Passato di verdure con pasta/pasta all'olio e salvia Fagioli in umido Fagiolini e patate (caldi o freddi) Pane Banana	Riso pomodoro Piselli all'olio aromatizzato Zucchine e carote al forno Pane Frutta di stagione	Trofie al pomodoro Ceci al rosmarino Spinaci all'olio aromatizzato Pane Melone o anguria
4a S E T T I M A N	Pasta al pomodoro e basilico Lenticchie in umido Insalata mista (carote e verde) Pane Frutta di stagione	Vellutata di zucchine con riso/ Pasta al pomodoro Fagioli stufati/Legumi stufati Insalata di pomodori e cetrioli Pane Frutta di stagione/anguria	Fusilli alle melanzane frullate Ceci al rosmarino Spinaci all'olio Pane Banana	Pasta fredda con pomodori, basilico e olive Insalata di fagioli Insalata di carote Pane Mousse di frutta	Spaghetti aglio olio e peperoncino Piselli all'olio aromatizzato Zucchine gratinate al forno Pane Frutta di stagione

ANE INTEGRALE 1 VOLTA A SETTIMANA -

CITTA' DI MONCALIERI - SCUOLE SECONDARIE A.S. 2021-2022
MENU' ESTIVO

DAL 2 MAGGIO 2022 A OTTOBRE 2022

SCHEMA DIETETICO: SENZA PROTEINE ANIMALI

Verificare sempre gli ingredienti dei prodotti confezionati

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1a S E T T I M A N A	Fusilli con zucchine e zafferano Lenticchie in umido Insalata di pomodori e origano Pane Frutta di stagione	Passato di verdure con pasta Ceci al rosmarino Patate e rosmarino al forno Pane Melone	Riso al pomodoro e peperoni frullati Fagioli salvia e rosmarino Insalata mista (verde e pomodori) Pane Frutta di stagione	Trofie all'olio/Cous Cous con carote, zucchine e basilico Lenticchie in umido Piselli all'olio aromatizzato Pane Banana	Gnocchetti sardi al pomodoro Fagioli lessi caldi Insalata di carote Pane Frutta di stagione
2a S E T T I M A N A	Rigatoni all'olio Lenticchie in umido Insalata verde con pomodori Pane Mousse di frutta/ Mousse di frutta	Conchiglie all'olio Piselli all'olio Insalata di carote olio e limone Pane Frutta di stagione	Vellutata di zucchine con farro/riso Fagioli salvia e rosmarino Fagiolini e patate all'olio arom (caldi) Pane Frutta di stagione	Pizza al pomodoro/Focaccia bianca Ceci al rosmarino Insalata mista (Verde,carote,peperone) Grissini Succo di frutta	Riso al pomodoro Insalata di fagioli(caldi o freddi)/ Lenticchie stufate Insalata di pomodori e cetrioli Pane Frutta di stagione
3a S E T T I M A N A	Chifferi al pomodoro e basilico Piselli all'olio aromatizzato Insalata verde con pomodori Pane Mousse di frutta	Mezze maniche con crema di zucchine Lenticchie in umido Insalata di carote olio e limone Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Fagioli in umido Fagiolini e patate (caldi o freddi) Pane Mix di frutta	Passato di verdure con pasta/pasta aglio e olio Piselli all'olio aromatizzato Zucchine e carote al forno Pane Frutta di stagione	Trofie al pomodoro Ceci al rosmarino Insalata di cavolo estivo Pane Melone o anguria
4a S E T T I M A N A	Vellutata di zucchine con riso Lenticchie in umido Insalata mista (carote e verde) Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Fagioli stufati/Legumi stufati Insalata di pomodori e cetrioli Pane Frutta di stagione/anguria	Fusilli alle melanzane frullate Ceci al rosmarino Spinaci all'olio Pane Banana	Pasta fredda con pomodori, basilico e olive Insalata di fagioli Insalata di carote Pane Mousse di frutta	Spaghetti aglio olio e pep. Piselli all'olio aromatizzato Zucchine gratinate al forno Pane Frutta di stagione

PANE INTEGRALE 1 VOLTA A SETTIMANA -