

Comune di Ostra – Menu scuola infanzia e primaria – Autunno inverno						
		lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
Prima settimana	Spuntino	∞	∞	∞	∞	∞
	Pranzo Acqua, Pane Frutta fresca	Pasta al pomodoro e basilico Uova strapazzate Bietole all'olio aromatico	Passato di fagioli con orzo Formaggio primo sale Insalata mista (con radicchio) Plumcake *	Riso con bocconcini di pollo, verdure di stagione e ceci Carote e piselli all'olio ♥	Pasta olio evo e parmigiano Arista alla salvia Finocchi julienne	Pasta al sugo di verdure di stagione Pesce al forno Cavolo cappuccio julienne
Seconda settimana	Spuntino	∞	∞	∞	∞	∞
	Pranzo Acqua, Pane Frutta fresca	Pasta integrale in salsa rosa (pomodoro e besciamella) ◊ Prosciutto cotto/polpette di vitellone Finocchi julienne	Passato di verdure con riso Petto di tacchino panato/arrostato di tacchino Insalata verde	Pasta al sugo di pomodoro e olive Uova strapazzate Spinaci al parmigiano	Crema di zucca e ceci con crostini Mozzarella Carote julienne	Pasta al sugo di vongole Pesce alla mugnaia Insalata mista con radicchio
Terza settimana	Spuntino	∞	∞	∞	∞	∞
	Pranzo Acqua, Pane Frutta fresca	Pasta al pomodoro e basilico Tortino di tonno Insalata mista julienne	Riso olio evo e parmigiano Spezzatino/pizzaioia di vitellone Finocchi julienne	Passato di verdure con pastina Robiola Insalata di patate e lenticchie	Tortellini al sugo di verdure di stagione Carote all'olio ♥	Crema di patate e funghi con crostini Pesce arrosto Insalata verde
Quarta settimana	Spuntino	∞	∞	∞	∞	∞
	Pranzo Acqua, Pane Frutta fresca	Risotto alla zucca Ricotta Cavolo cappuccio julienne Ciambellone *	Passato di verdure con farro Frittata con verdure di stagione	Lasagne al ragù di vitellone Carote julienne ♥	Brodo vegetale con pastina Coniglio al forno Bietole all'olio aromatico	Pasta al pomodoro e basilico Pesce in brodetto Insalata verde
♥ piatto unico    ◊ alimento integrale    * dolce    ∞ spuntino: frutta fresca di stagione 2-3 volte/settimana; yogurt 1-2 volte/settimana; pane e olio evo/miele 0-1 volta settimana Eventuali variazioni al menu saranno comunicate in anticipo in bacheca. La frutta servita è prevalentemente di stagione. Seguono note dettagliate.						

**Note dettagliate del menu autunno-inverno**

I pesci offerti comprendono: halibut, cuori di merluzzo, vongole, gamberetti, tonno in olio d'oliva.

**Piatti unici:**

- Riso con bocconcini di pollo, verdure di stagione e ceci: riso lessato, condito con pollo, ceci, verdure di stagione (es. indivia e verza) e olio evo.
- Tortellini al sugo di verdure di stagione: tortellini di carne conditi con sugo di sedano, carota, cipolla, cavolfiore, pomodoro, basilico, olio evo, parmigiano.
- Lasagne al ragù di vitellone: sfoglia all'uovo congelata condita con ragù di vitellone, besciamella e parmigiano.

Frittata con verdure di stagione: uova, verdure (es. broccoli, radicchio, porro), olio evo, parmigiano.

Tortino di tonno: tonno sott'olio sgocciolato, uova, parmigiano, patate, lavorate tipo polpettone e cotto al forno.

Spezzatino/pizzaiola di vitellone: carne di bovino presentata in spezzatino tenero oppure in pizzaiola (pomodoro, erbe aromatiche, capperi se graditi)

Pesce alla mugnaia: pesce, farina, burro, olio evo, prezzemolo, succo di limone.

Pesce in brodetto: pesce, pomodoro, erbe aromatiche, cipolla, olio evo.

Petto di tacchino panato: tacchino bagnato con emulsione di succo di limone e olio, passato in pane grattugiato e cotto al forno.

Insalata di patate e lenticchie: patate e lenticchie lessate, condite con olio evo e erbe aromatiche se gradite.

Ciambellone e plumcake: dolci di produzione interna