


COMUNE DI OSTRA e CIMAS - MENU SCUOLE INFANZIA E PRIMARIA primavera estate

| Stagione PRIMAVERA ESTATE | Lunedì | Martedì | Mercoledì | Giovedì | Venerdì |
|---------------------------------|---|---|---|--|--|
| Prima settimana | Pasta/pasta integrale in salsa pomodoro e ricotta Frittata di zucchine Insalata di pomodori Frutta di stagione | Passato di verdure e legumi con cereale in chicco Robiola Spinaci olio e limone Frutta di stagione | Pasta olio evo e parmigiano o al pesto* Pesce al forno Carote julienne Frutta di stagione | Pasta al pomodoro e basilico Coniglio arrosto Fagiolini olio e limone Frutta di stagione |  Piatto unico Insalata di pasta o di riso (tonno, caciotta, olive, capperi e verdure) Insalata mista Frutta di stagione |
| Seconda settimana |  Piatto unico Pizza al pomodoro e con rosmarino Mozzarella Verdure crude miste Frutta di stagione | Passato di verdure con pastina Prosciutto cotto Patate prezzemolate Frutta di stagione | Pasta olio evo e parmigiano Petto di tacchino panato/arrosto Insalata di pomodori Frutta di stagione | Orzo al pomodoro fresco e basilico Uova strapazzate Bietole all'olio aromatico Frutta di stagione | Pasta al sugo di melanzane Pesce arrosto Carote e piselli all'olio Frutta di stagione |
| Terza settimana | Pasta al pesto* Conditella di verdure Tonno o sgombro/uova strapazzate o frittata Frutta di stagione | Brodo vegetale con pastina Primo sale/caciotta Patate al rosmarino Frutta di stagione | Pasta al sugo di vongole Pesce alla mugnaia Insalata verde Frutta di stagione | Pasta al sugo di ceci Hamburger Zucchine trifolate Frutta di stagione |  Piatto unico Riso con straccetti di pollo, piselli e verdure di stagione Insalata mista Frutta di stagione |
| Quarta settimana | Risotto al limone Crescenza Verdure arrosto (zucchine e pomodori) Dolce** |  Piatto unico Insalata mista Lasagne al ragù di vitellone Frutta di stagione | Passato di fagioli con pastina Petto di pollo arrosto Insalata mista con cetrioli Frutta di stagione | Orzo zucchine e gamberetti Pesce al forno Fagiolini all'agro Frutta di stagione | Pasta al pesto* Arrosto di tacchino Bietole all'olio aromatico o insalata di pomodori Frutta di stagione |

Spuntini scuola infanzia: frutta fresca di stagione 2-3 volte/settimana; yogurt 1-2 volte/settimana; pane e olio EVO/miele 1-2 volte/settimana

 Giornata di pasto a piatto unico

Il pasto è sempre accompagnato da pane comune, tranne che col piatto unico pizza. I pasti e gli spuntini sono accompagnati da acqua.

Pesce: coda di rospo, halibut, merluzzo, altri pesci bianchi o azzurri Cereale in chicco: farro, miglio, orzo

* Pesto: di rucola e pinoli, di basilico e pinoli, di zucchine e noci, di melanzane e noci ** Dolci di produzione interna tipo ciambellone, crostata, torta di mele.

Il menu si completa di grammature per fasce d'età e ricettario. È disponibile il menu con allergeni per la consultazione degli utenti