

	Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione - Area Nord Viale Don Minzoni, 8 - Tel. e Fax 0832.215398 – email sian@asl.lecce.it Direttore - Dr. Roberto Carlà	ALLEGATO I Prot. n.249867 del 29.11.2024
--	--	--

Menù Autunno-Inverno a. s. 2024 - 2025

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Sett.1	Pastina in brodo vegetale Straccetti croccanti di pollo Cavolfiore /Finocchi gratinati Pane con verdure (pizzi) Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Salmone gratinato Insalata mista Pane mezzo sale Frutta di stagione	Zuppa arcobaleno (legumi e cereali) Schiacciatine di verdura Zucchine trifolate Pane mezzo sale Frutta di stagione Vit.C	Risotto con cuori di carciofo Hamburger di pesce Carote julienne Pane integrale Frutta di stagione	Pasta integrale e patate Polpette di ceci, miglio e zucchine Spinaci all'olio Pane mezzo sale Macedonia fresca o frutta mista Vit.C
Sett.2	Riso e purè di piselli Schiacciatine di verdure Finocchi gratinati Pane mezzo sale Frutta di stagione Vit.C	Cavatelli/orecchiette integrali al sugo Polpette di pesce al forno Zucchine trifolate Pane mezzo sale Frutta di stagione	Passato di verdure con miglio/riso Sovra coscia di pollo arrosto Insalata mista Pane integrale Frutta di stagione	Pasta e cannellini al sugo Frittata con spinaci Spinaci/cavolfiore all'olio Pane mezzo sale Frutta di stagione	Tubettini al brodetto di pesce Robiola o mozzarella o ricotta Carote gratinate con mandorle Pane mezzo sale Macedonia fresca o frutta mista
Sett.3	Grano spezzato/riso al pomodoro Bocconcini di pesce gratinato alle erbe/calamaro dorato Cicoria all'olio Pane mezzo sale Frutta di stagione	Pasta e lenticchie Schiacciatine di verdura Carote julienne Pane con verdure (pizzi) Frutta di stagione Vit.C	Pasta al pesto Spezzatino di tacchino alla genovese Frittata al parmigiano Pane mezzo sale Frutta di stagione	Antipasto di cuori di finocchi julienne Pasta integrale e patate Frittata semplice Bietola all'olio Pane integrale Frutta di stagione	Zuppa arcobaleno Platessa dorata alle erbe Insalata mista con noci Pane mezzo sale Macedonia fresca o frutta mista
Sett.4	Orzotto cremoso Polpette/straccetti di cavallo Patate americane al forno Pane mezzo sale Frutta di stagione	Pasta al ragù di pesce Frittata semplice Spinaci al parmigiano Pane mezzo sale Frutta di stagione	Pennette al ragù vegetale Ricotta o mozzarella o scamorza Zucchine trifolate con o senza granella di nocciole Pane integrale Frutta di stagione	Pasta al pesto Tortino di legumi Insalata mista Pane mezzo sale Frutta di stagione Vit.C	Antipasto di catalogna Riso con crema di carote Merluzzo gratinato alle erbe Cavolfiore all'olio/Finocchi gratinati Pane mezzo sale Macedonia fresca o frutta mista
Sett.5	Pasta e ricotta con o senza sugo Pizzette di cavolfiore /schiacciatina di verdure Insalata Pane mezzo sale Frutta di stagione	Risotto allo zafferano Straccetti di vitello con rucola e scaglie di parmigiano Spinaci all'olio Pane mezzo sale Frutta di stagione	Pasta al sugo o pesto di noci Salmone agli aromi vegetali Insalata mista Pane mezzo sale Frutta di stagione	Crema di verdure con farro o altro cereale Straccetti croccanti di pollo Cavolfiori /finocchi gratinati Pane mezzo sale Frutta di stagione	Ditalini in purè di fave Schiacciatine di verdure Zucchine trifolate Pane mezzo sale Macedonia fresca o frutta mista Vit.C

Menù Primavera-Estate a. s. 2024 - 2025

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Sett.1	Pasta e lenticchie Schiacciatine di verdure Fagiolini con scaglette di parmigiano Pane mezzo sale Frutta di stagione Vit.C	Pasta al pomodoro fresco Platessa dorata agli aromi Barbabietola all'olio/Insalata mista Pane mezzo sale Frutta di stagione	Risotto allo zafferano Tacchino alla pizzaiola Zucchine trifolate Pane integrale Frutta di stagione	Pasta e ragù Polpette di melanzane Insalata di pomodori e cetrioli Pane mezzo sale Frutta di stagione	Pasta primavera Frittata al forno Carote julienne Pane mezzo sale Macedonia fresca o frutta mista
Sett. 2	Antipasto di carote Riso e Patate Schiacciatina di pesce Bietola all'olio Pane mezzo sale Frutta di stagione	Pasta alla pizzaiola Robiola o mozzarella Insalata di pomodori Pane integrale Frutta di stagione	Pasta o riso e piselli Schiacciatine di verdura Julienne di carote Pane mezzo sale Frutta di stagione Vit.C	Orecchiette al pomodoro fresco Straccetti croccanti di pollo Zucchine trifolate Pane mezzo sale Frutta di stagione	Pasta, carote, zucchine e gamberetti/Insalata estiva di grano spezzato Salmone gratinato Insalata mista Pane con verdure (pizzi) Macedonia fresca o frutta mista
Sett. 3	Antipasto di peperoni gialli/rossi Riso con crema di carote Polpette di vitellone al sugo Zucchine trifolate con o senza nocciole Pane mezzo sale Frutta di stagione	Pasta al pesto Calamaro dorato/Bocconcini di pesce gratinato alle erbe Insalata di pomodori e cetrioli Pane mezzo sale Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e melanzane Caciottina o scamorza fresca Pisellini all'olio Pane integrale Frutta di stagione	Antipasto di catalogna Pasta integrale con patate Frittata con verdure Carote julienne Pane mezzo sale Frutta di stagione Vit.C	Pasta al ragù di pesce Crocchette di ricotta/ Medaglioni di melanzane Insalata mista Pane mezzo sale Macedonia o frutta mista di stagione
Sett. 4	Insalata di orzo/riso Bocconcini di pesce gratinati Insalata di pomodori Pane mezzo sale Frutta di stagione	Pasta al pomodoro fresco Polpette di magro di cavallo Fagiolini all'olio Pane con verdure (pizzi) Frutta di stagione	Pasta fresca e ceci (<i>ciceri e tria</i>) Schiacciatine di melanzane Insalata mista Pane mezzo sale Frutta di stagione Vit.C	Antipasto di cetrioli Lasagna a colori Frittata semplice Pomodori gratinati Pane integrale Frutta di stagione	Crema di verdure con farro o altro cereale Merluzzo alla salentina/gratinato Zucchine grigliate Pane mezzo sale Macedonia fresca o frutta mista
Sett. 5	Risotto ai fiori di zucca Sovra coscia di pollo arrosto Insalata di pomodori e cetrioli Pane con verdure (pizzi) Frutta di stagione	Farro e lenticchie Crocchette di ricotta Fagiolini all'olio Pane mezzo sale Frutta di stagione	Pasta, carote, zucchine e gamberetti Polpette di pesce/ insalata di mare Barbabietole all'olio/Insalata mista Pane mezzo sale Frutta di stagione	Pasta alla crudaiola Schiacciatina di legumi Pomodori gratinati Pane mezzo sale Frutta di stagione Vit.C	Pasta alla pizzaiola Frittata con o senza verdure Bietola all'olio Pane mezzo sale Macedonia fresca o frutta mista