ASLOlbia DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE SERV. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE

[redacted] MENU' INVERNALE
Scuole infanzia e Primarie (BUDDUSO')

	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
Lunedi'	• Pasta al forno alle verdure di stagione • Fesa di tacchino al latte • Fagiolini al vapore • Pane • Frutta di stagione	• Ravioli di ricotta e spinaci al pomodoro • Fettina di vitellone alla pizzaiola • Insalata di finocchi o altra verdura di stagione • Pane • Frutta di stagione	• Pasta al pomodoro • Polpettine di vitellone al forno • Verdura cruda mista di stagione • Pane • Frutta di stagione	• Pasta al cavolfiore o broccoli • Polpette di pesce al forno • Verdura cruda di stagione • Pane • Frutta di stagione
Martedi	• Risotto al pomodoro • Uovo (frittata con grana o parmigiano o mozzarella) • Carote a fiammifero con succo di limone • Pane • Frutta di stagione	• Risotto ai porri o allo zafferano • Merluzzo gratinato al forno • Fagiolini all'olio • Pane • Frutta di stagione	• Minestra in brodo vegetale • Platessa al forno agli aromi con patate • Pane • Frutta di stagione	• Pastina in brodo sgrassato • Bollito di vitellone magro • Fagiolini e patate all'olio • Pane • Frutta di stagione
Mercoledi	• Gnocchi di patate burro olio e salvia • Spezzatino di vitellone in umido • Insalata di cavolfiore o broccoli e carote • Pane • Frutta di stagione	• Gnocchetti sardi alla campidanese • Torta di piselli o carciofi o spinaci o bietole • Carote a fiammifero con succo di limone • Pane • Frutta di stagione	• Risotto ai carciofi o altre verdure di stagione • Spezzatino di tacchino in umido • Insalata di lattuga • Pane • Frutta di stagione	• Zuppa di fagioli o ceci con pasta • Mezza porzione Prosciutto crudo (prosc.cotto scuola materna) • Verdura cruda di stagione • Pane • Frutta di stagione

Giovedì	• Pizza Margherita • Mezza porzione Prosciutto crudo (prosc.cotto scuola materna) • Verdura cruda di stagione • Pane • Frutta di stagione	• Minestra di lenticchie • Mezza porzione formaggio tenero tipo dolce sardo • Verdura cruda di stagione • Pane • Frutta di stagione	• Pasta con ricotta e pomodoro • Uovo (frittata con grana o parmigiano) • Piselli in umido • Pane • Frutta di stagione	• Passato di verdura • Pizza Margherita • Verdura cruda di stagione • Pane • Frutta di stagione
Venerdì	• Passato di verdura con orzo perlato o pasta o riso • Polpette di pesce al forno • Purè di patate • Pane • Frutta di stagione	• Pasta olio e parmigiano • Cose di pollo arrosto • Bietoline all'olio • Pane • Frutta di stagione	• Gnocchi di patate burro olio e salvia o al pomodoro • Mezza porzione formaggio tenero tipo dolce sardo o mezza porzione di ricotta di vacca (con miele se richiesto) • Spinaci all'olio • Pane • Frutta di stagione	• Risotto alla parmigiana • Bocconcini di petto di pollo agli aromi • Carote a vapore • Pane • Frutta di stagione

Il DirigenteMedico
Nutrizionista
(Dott. G. Meloni)

Olbia 12.02.2010

ASLOlbia

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE

SERV. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE

MENU'ESTIVO scuole infanzia e primarie (BUDDUSO')

	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
unedì	• Pasta al pomodoro e basilico • Frittata di zucchine al forno • Carote a fiammifero con succo di limone • Pane • Frutta fresca di stagione	• Pasta all'olio e parmigiano • Cotoletta di pollo al forno • Lattuga e pomodori • Pane • Frutta fresca di stagione	• Gnocchetti sardi al ragù di carni bianche • Fagiolini all'olio e verdura cruda mista di stagione • Pane. • Frutta fresca di stagione	• Passato di legumi con riso • Caprese • Pane • Macedonia di frutta fresca di stagion
artedì	• Insalata di riso • Platessa gratinata al forno • Fagiolini al vapore • Pane • Frutta fresca di stagione	• Passato di verdure di stagione • Sogliola o platessa al vapore • Patate e carote al vapore • Pane • Frutta fresca di stagione	• Passato di verdure di stagione con orzo perlato • Torta di ricotta e spinaci • Verdura cruda mista di stagione • Frutta fresca di stagione	• Pasta alle zucchine • Bastoncini di pesce • Carote a fiammifero con limone • Pane • Frutta fresca di stagione
ercoledì	• Passato di verdure di stagione • fesa di tacchino agli aromi • Verdura cruda mista di stagione • Pane • Frutta fresca di stagione	• Gnocchi di patate al pomodoro • Formaggio tenero dolce (dolce sardo, mozzarella, stracchino) • Fagiolini all'olio • Pane • Frutta fresca di stagione	• pasta al pomodoro e basilico • Cosce di pollo arrosto • Verdura cruda mista di stagione • Pane • Macedonia di frutta fresca di stagione	• Ravioli di ricotta e verdura • Arrosto di tacchino agli aromi • Zucchine trifolate • Pane • Frutta fresca di stagione
iovedì	• Pasta e ceci • Ricotta di vacca • Zucchine trifolate • Pane • Frutta fresca di stagione	• Risotto al radicchio • Polpette di vitellone al forno • Verdura cruda mista di stagione • Pane • Frutta fresca di stagione	• riso all' ortolana • Filetti di platessa al limone • Bietoline lesse all'olio • Pan • Frutta fresca di stagione	• Insalata di riso • Omelette con formaggio al forno • Verdura cruda di stagione • Pane • Frutta fresca di stagione

Venerdì	• Pasta al pesto • Scaloppine di maiale al limone • Pomodori in insalata o Verdura cruda mista di stagione • Pane • Macedonia di frutta fresca di stagione	• Minestra di pasta e piselli • Filetti di merluzzo impanati al forno • Zucchine alla pizzaiola • Pane • Frutta fresca di stagione	• Pizza Margherita • Prosciutto crudo (prosc.cotto scuola materna • Pomodori in insalata o verdura cruda di stagione • Pane • Frutta di stagione	• Passato di verdure di stagione • arrosto di coniglio disossato • Verdura di stagione gratinata al forno • Pane • Frutta fresca di stagione

Il Medico Nutrizionista
(Dott. G. Meloni)