



COMUNE DI SINNAI

APPALTO SERVIZIO REFEZIONE SCOLASTICA

ALLEGATO N° 4

MENU'

MENU SCUOLE DELL'INFANZIA, SCUOLE PRIMARIE STATALI E SCUOLE SECONDARIE DI PRIMO GRADO

MENU INVERNALE (OTTOBRE-MARZO)

GIORNO	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
LUNEDÌ*	Insalata verde Pizza margherita 1/2 razione di prosciutto cotto Budino / oppure Risotto al grana Prosciutto cotto Insalata verde Budino	Penne al pomodoro Prosciutto crudo * Fagiolini e patate/ oppure Pizza Margherita 1/2 razione di prosciutto crudo* Fagiolini e patate	Fagiolini al pomodoro 1/2 razione di Bresaola* Pizza margherita Budino/ oppure Pasta olio e grana Bresaola* Fagiolini Budino	1/2 razione di prosciutto cotto Verdure stufate Pizza margherita Yogurt/oppure Pasta al pomodoro Mozzarella Verdure stufate Yogurt
MARTEDÌ	Pasta al ragù vegetale Frittata o uovo sodo Pomodori	Risotto allo zafferano Polpette di pesce Verdure stufate	Pasta allo zafferano Pollo al limone Carote crude olio e limone fresco	Pasta al pesto Frittata Insalata mista
MERCOLEDÌ	Pasta agli aromi Cotoletta di tacchino Finocchi crudi	Insalata mista (insalata verde, finocchi, carote) Lasagne al ragù di Vitellone Yogurt	Pasta all'isolana Frittata con zucchine Spinaci al forno	Gnocchi al pomodoro Tacchino alla pizzaiola Insalata verde
GIOVEDÌ	Passato di verdura con Riso Polpette di lonza Purè di patate	Passato di legumi con pasta Formaggio fresco Finocchi e mais	Risotto al pomodoro Filetti di merluzzo con olive Insalata verde	Pasta all'olio e grana Platessa impanata Finocchi crudi
VENERDÌ	Pasta alla crema di Zucca Bastoncini di pesce Carote crude olio e limone fresco	Gnocchi al pomodoro Coscia di pollo Insalata verde	Crema di verdura con crostini Scaloppine di lonza Patate al forno	Riso con prezzemolo Arrosto di vitello Patate al forno

GIORNO	QUINTA SETTIMANA	SESTA SETTIMANA	SETTIMA SETTIMANA	OTTAVA SETTIMANA
LUNEDÌ*	1/2 razione di prosciutto cotto/crudo* Insalata verde Pizza margherita/ Pasta al pomodoro Prosciutto cotto/ Insalata verde	Pasta agli aromi Formaggio fresco Carote prezzemolate al forno/ ½ razione di formaggio fresco Carote prezzemolate al forno Pizza margherita	1/2 razione di prosciutto bresaola* Insalata verde Pizza margherita / Risotto con la zucca Bresaola* Pomodori	Pasta al pomodoro Mozzarella Patate e zucchine Yogurt/ ½ razione di Mozzarella Patate e zucchine Pizza margherita Yogurt
MARTEDÌ	Riso al prezzemolo Platessa dorata al forno Purè di patate	Pasta e fagioli Crocchette di patate Verdure in pinzimonio Yogurt	Pasta con la besciamella Frittata Bietole all'agro	Risotto allo zafferano Polpette di lonza Insalata
MERCOLEDÌ	Insalata mista Spezzatino di vitello con polenta Budino	Tortelli di magro al pomodoro Petto di pollo alle erbe Spinaci al forno	Insalata mista (insalata verde, finocchi, carote) Lasagne al ragù di Vitellone Budino	Passato di verdura con crostini Cotoletta di pollo Purè di patate
GIOVEDÌ	Pasta al pomodoro e ricotta Frittata alle erbe Fagiolini	Crema di verdure con riso Pesce gratinato Patate al forno	Pasta all'olio e grana Polpette di pesce o cuori di merluzzo alla pizzaiola Carote al forno	Gnocchi al pomodoro Frittata alle erbe o uovo sodo Carote crude al limone e olio
VENERDÌ	Pasta al sugo di olive Cotoletta di tacchino Finocchi crudi	Pasta al ragù vegetale Arrosto di lonza al latte Insalata	Minestrina di pasta in brodo vegetale Arrosto di tacchino all'arancia Patate al forno	Pasta aglio e olio Bastoncini di pesce (insalata verde, finocchi, carote)

I menù giornalieri includono:

pane, frutta fresca, acqua minerale naturale;

i seguenti prodotti di origine biologica: mele (una volta alla settimana), pelati, uova fresche, yogurt alla frutta, ogni volta che compaiono nel menù.

*Per le scuole d'infanzia solo prosciutto cotto.

MENÙ ESTIVO (APRILE-SETTEMBRE)

GIORNO	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
LUNEDÌ	1/2 razione di Prosciutto crudo* Carote crude olio e limone fresco Pizza margherita Yogurt/oppure Pasta al pesto Formaggio e prosciutto cotto Carote crude olio e limone fresco Yogurt	Pasta all'olio Uovo sodo o frittata* Pomodori al basilico	1/2 razione di Bresaola* Carote crude olio e limone fresco Pizza margherita/ o Insalata di riso alle verdure Bresaola* o prosciutto crudo*, Carote crude olio e limone fresco	Pasta agli aromi Bastoncini di pesce Pomodori al basilico Gelato
MARTEDÌ	Risotto al grana Cotoletta di tacchino Zucchine fresche al prezzemolo	Pasta al ragù vegetale Coscia di pollo Patate arrosto	Riso e prezzemolo Platessa dorata al forno Patate al forno	Risotto alla milanese Arrosto di lonza al latte Carote crude olio e limone
MERCOLEDÌ	Pasta al pomodoro e basilico Platessa dorata al forno Insalata verde e rossa,	1/2 razione di Prosciutto cotto Carote crude olio e limone fresco Pizza margherita Gelato/ oppure Pasta al pomodoro Prosciutto Cotto, Carote crude olio e limone fresco Gelato	Insalata mista (insalata verde e rossa, pomodori, carote) Lasagne al ragù di lonza Yogurt	1/2 razione di Prosciutto cotto Insalata mista (insalata verde e rossa, pomodori, carote) Pizza margherita/ Pasta al pomodoro, Prosciutto crudo * Insalata mista
GIOVEDÌ	Pasta con le olive nere Frittata Pomodori	Risotto con le zucchine Polpette di merluzzo Zucchine fresche al prezzemolo	Pasta al pesto Tacchino al limone Insalata verde	Passato di verdura con pasta Coscia di pollo Patate arrosto o al prezzemolo
VENEDÌ	Passato di verdura con crostini Scaloppe di lonza alla pizzaiola Patate al prezzemolo	Pasta con pomodoro Arrosto di vitello Insalata mista (insalata verde e rossa, pomodori)	Pasta all'amatriciana Cotoletta di pollo Zucchine fresche	Pasta al ragù di vitellone ½ razione di mozzarella Insalata verde

I menù giornalieri includono:

pane, frutta fresca, acqua minerale naturale;

i seguenti prodotti di origine biologica: mele (una volta alla settimana), pelati, uova fresche, yogurt alla frutta, ogni volta che compaiono nel menù.

*Per le scuole d'infanzia solo prosciutto cotto.