

PIANO DIETETICO ESTIVO CIR 2015/2016

Scuole dell'infanzia, primaria e secondaria di Lesmo – Camparada – Correzzana

	1° settimana	2° settimana	3° settimana	4° settimana
Lunedì	Pasta all'amatriciana Mozzarella Insalata mista Pane biologico Frutta di stagione	Risotto alla milanese Frittata con patate con uova biologiche Fagiolini* Pane biologico Frutta di stagione	Fusilli alla siciliana Uova sode Spinaci all'agro* Pane biologico Frutta di stagione	Pasta integrale al pesto Prosciutto cotto Pomodori e basilico Pane biologico Frutta di stagione
Martedì	Crema di carote con riso Cosce di pollo arrosto^ Insalata verde con mais Pane integrale Frutta di stagione	Insalata di pasta Cotoletta di tacchino Carote crude fili* Pane biologico Frutta di stagione	Passato di verdura*con riso Polpette di pollo Insalata mista Pane biologico Frutta di stagione	Pasta allo zafferano Italico Tris di verdure*(piselli, carote, patate) Pane biologico Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta integrale al pesto Polpette di merluzzo* Erbette all'agro* Pane biologico Frutta di stagione	Crema di legumi con riso Bresaola olio e limone Insalata mista Pane biologico Yogurt bio / torta	Pasta alla mediterranea Platessa impanata* Carote crude filo Pane biologico Frutta di stagione	Tagliatelle al pomodoro Salume di tacchino freddo Insalata verde con mais Pane biologico Gelato
Giovedì	Piselli*al vapore ½ raz Pizza margherita e prosciutto cotto ½ raz Pane biologico Gelato	Penne all'olio extra vergine Bastoncini di pesce* Insalata mista Pane biologico Frutta di stagione	Pasta olio e grana Involtini cotto e formaggio Pomodori Pane biologico Gelato	Insalata di riso* Tonno all'olio d'oliva Carote a fili Pane integrale Frutta di stagione
Venerdì	Conchiglie pomodoro e zucchine* Scaloppine di tacchino alla salvia Pomodori Pane biologico Frutta di stagione	Raviolini in brodo Lonza al latte Patate lesse Pane integrale Frutta di stagione	Gnocchi al pomodoro Arrosto di tacchino Fagiolini al vapore* Pane integrale Frutta di stagione	Semini in brodo Hamburger di manzo* Purè di patate Pane biologico Frutta di stagione

PRODOTTI PROVENIENTI DA AGRICOLTURA BIOLOGICA: OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, YOGURT, PANE, UOVA, RISO, LEGUMI SECCHI, FARINA

*Gli alimenti contrassegnati con asterisco sono preparati con alimenti surgelati/congelati all'origine

^ per scuola dell'Infanzia petto di pollo