

TABELLA DIETETICA PRIMAVERA/ESTATE

SCUOLA COMUNE PORTO SAN GIORGIO

	1ª Settimana	2ª Settimana	3ª Settimana	4ª Settimana
LUNEDÌ	Pasta con piselli* Prosciutto cotto, alta qualità Verdure di stagione crude Pane tipo 0 Parmigiano grattugiato Frutta fresca di stagione Acqua	Pasta con pomodoro Ricotta di vacca Verdure di stagione crude Pane tipo 0 Parmigiano grattugiato Frutta fresca di stagione Acqua	Tagliatelle al pomodoro Mozzarella di vacca Verdure di stagione crude Pane tipo 0 Parmigiano grattugiato Frutta fresca di stagione Acqua	Pasta al pesto con pinoli Uova° strapazzate/Frittata° Verdure di stagione crude/Insalata mista Pane tipo 0 Parmigiano grattugiato Frutta fresca di stagione Acqua
MARTEDÌ	PIATTO UNICO: Tortellini al pomodoro Verdure gratinate Pane semintegrale Parmigiano grattugiato Frutta fresca di stagione Acqua	Pasta con crema di ceci Straccetti di pollo agli agrumi Verdure* di stagione cotte Pane tipo 0 Parmigiano grattugiato Frutta fresca di stagione Acqua	Risotto alle verdure* di stagione Vitello alla pizzaiola Verdure di stagione crude Pane tipo 0 Parmigiano grattugiato Frutta fresca di stagione Acqua	Pasta integrale con pomodoro Bocconcini di pollo alla mugnaia Verdure di stagione crude Pane tipo 0 Parmigiano grattugiato Frutta fresca di stagione Acqua
MERCOLEDÌ	Insalata di riso con verdure* Bocconcini di tacchino al forno Verdure di stagione crude/Insalata mista Pane tipo 0 Parmigiano grattugiato Frutta fresca di stagione Acqua	PIATTO UNICO: Lasagna al ragù Verdure di stagione crude/Insalata mista Pane tipo 0 Parmigiano grattugiato Frutta fresca di stagione Acqua	Pasta con piselli* e pomodoro Uova° strapazzate Verdure* di stagione cotte Pane tipo 0 Parmigiano grattugiato Dolce (ciambellone-crostata) Acqua	PIATTO UNICO: Ravioli ricotta burro e salvia Verdure* di stagione cotte Pane semintegrale Parmigiano grattugiato Frutta fresca di stagione Acqua
GIOVEDÌ	Pasta con pomodoro e ricotta Uova° strapazzate Verdure* di stagione cotte Pane tipo 0 Parmigiano grattugiato Frutta fresca di stagione Acqua	Risotto allo zafferano Merluzzo* in umido Verdure* di stagione cotte Pane tipo 0 Parmigiano grattugiato Frutta fresca di stagione Acqua	Pasta con pomodoro Petto di tacchino in padella Verdure di stagione crude/Insalata mista Pane semintegrale Parmigiano grattugiato Frutta fresca di stagione Acqua	Riso al pomodoro/Pasta con pomodoro Platessa* al forno Verdure gratinate Pane tipo 0 Parmigiano grattugiato Frutta fresca di stagione Acqua
VENERDÌ	Pasta olio e parmigiano Platessa* agli agrumi Verdure di stagione crude Pane tipo 0 Parmigiano grattugiato Frutta fresca di stagione Acqua	Pasta olio e parmigiano Uova° strapazzate con pomodoro Verdure* di stagione cotte Pane semintegrale Parmigiano grattugiato Frutta fresca di stagione Acqua	Pasta olio e parmigiano Platessa* al forno Verdure* di stagione cotte Pane tipo 0 Parmigiano grattugiato Frutta fresca di stagione Acqua	Pasta olio e parmigiano Polpette/burger* di legumi Patate* e verdure* cotte Pane tipo 0 Parmigiano grattugiato Frutta fresca di stagione Acqua

Gli alimenti contrassegnati con (*) si riferiscono a prodotti che potrebbero essere surgelati; pesce, piselli, patate, minestrone, fagiolini, bieta e spinaci, pesto, burger di carne e burger di legumi sono sempre surgelati, gli altri secondo disponibilità. Quelli indicati con (°) si riferiscono alle uova pastorizzate.

Le tabelle dietetiche potrebbero subire variazioni nel corso dell'anno per motivi di approvvigionamento delle

