



Menù Invernale 2022/2023

Scuola VERCURAGO no carne

	<u>Lunedì</u>	<u>Martedì</u>	<u>Mercoledì</u>	<u>Giovedì</u>	<u>Venerdì</u>
<u>PRIMA SETTIMANA</u>	<i>Pasta integrale al pesto Hamb di verdure e legumi Fagiolini fruttino</i>	<i>Pasta al pomodoro Formaggio fresco Finocchi al vapore Frutta di stagione</i>	<i>Pizza margherita con più formaggio Carote al forno Frutta di stagione</i>	<i>Risotto giallo tonno Insalata Frutta di stagione</i>	<i>Pasta all'olio EVO Rotolo con formaggio spinaci Frutta di stagione</i>
<u>SECONDA SETTIMANA</u>	<i>Pasta al pomodoro e zucchine tonno Finocchi al vapore Frutta di stagione</i>	<i>Risotto al pomodoro Cannellini in umido Carote julienne Frutta di stagione</i>	<i>Polenta Formaggio verdure fruttino</i>	<i>Vellutata di verdure Filetto di merluzzo panato Patate al forno budino</i>	<i>Pizzoccheri insalata Frutta di stagione Pane integrale</i>
<u>TERZA SETTIMANA</u>	<i>Pasta con verdure Rotolo con formaggio Cavolfiori gratinati Frutta di stagione</i>	<i>Pizza margherita Fagiolini Frutta di stagione</i>	<i>Pasta al pomodoro Hamb vegetale Spinaci al vapore fruttino</i>	<i>Risotto ai piselli Pesce gratinato al forno Carote al vapore Frutta di stagione</i>	<i>Polenta E formaggio Zucchine Frutta di stagione</i>
<u>QUARTA SETTIMANA</u>	<i>Pasta integrale all'olio EVO Hamb di verdure Spinaci al vapore Frutta di stagione</i>	<i>Risotto alla parmigiana Lenticchie in umido Carote al vapore fruttino</i>	<i>Gnocchi al pomodoro formaggio Broccoli al vapore Frutta di stagione</i>	<i>Passato di verdura Pizza margherita con più formaggio Frutta di stagione</i>	<i>Pasta al pesto Pesce alla pizzaiola Fagiolini budino</i>

Utilizzo di olio extravergine d'oliva . Pane a ridotto contenuto di sodio. Utilizzo di sale iodato. Alcune materie prime utilizzate potrebbero essere surgelate a seconda della reperibilità sul mercato e della stagionalità. Allergeni: nello stesso centro cottura vengono lavorati alimenti e bevande che possono contenere uno o più dei seguenti allergeni: glutine, crostacei, uova, pesce, arachidi, soia, latte, frutta a guscio, sedano, senape, semi di sesamo, anidride solforosa, lupini, molluschi.