



# MENU' SCOLASTICO PRIMAVERA-ESTATE a.s. 2026-2027 COMUNE DI GARBAGNATE MILANESE VEGANO

Scuole primarie/secondarie



|                                                     | LUNEDI'                                          | MARTEDI'                        | MERCOLEDI'                                       | GIOVEDI'                                                | VENERDI'                                     |
|-----------------------------------------------------|--------------------------------------------------|---------------------------------|--------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| 1° SETTIMANA                                        | <b>Pasta al pesto* uegano</b>                    | Crema di zucchine* con riso     | Pasta <b>integrale</b> al pomodoro               | Antipasto di verdure di stagione                        | <b>Riso allo zafferano senza latte</b>       |
|                                                     | <b>Legumi prezzemolati</b>                       | <b>Legumi in umido</b>          | <b>Crocchette di legumi in umido</b>             | <b>Pizza rossa</b>                                      | Cannellini alla paprika dolce                |
|                                                     | <b>Bieta* all'olio</b>                           | Insalata mista                  | Fagiolini aromatizzati *                         | <b>Legumi prezzemolati</b>                              | Carote* all'olio                             |
|                                                     | Frutta fresca di stagione                        | Frutta fresca di stagione       | Frutta fresca di stagione                        | Frutta fresca di stagione                               | Frutta fresca di stagione                    |
|                                                     | Pane a basso tenore di sodio                     | Pane a basso tenore di sodio    | Pane a basso tenore di sodio                     | <b>Pane integrale a basso tenore di sodio</b>           | Pane a basso tenore di sodio                 |
|                                                     | Frutta fresca di stagione                        | Pane e marmellata               | Budino uegano                                    | Biscotti senza latte e uovo                             | Banana                                       |
|                                                     | LUNEDI'                                          | MARTEDI'                        | MERCOLEDI'                                       | GIOVEDI'                                                | VENERDI'                                     |
| 2° SETTIMANA                                        | <b>Pasta agli aromi</b>                          | <b>Riso all'olio</b>            | Pasta al ragù di lenticchie                      | Pasta alla crema di peperoni *                          | Crema di patate e porri                      |
|                                                     | <b>Legumi in umido</b>                           | <b>Tortino di legumi</b>        |                                                  | <b>Tortino di legumi</b>                                | <b>Legumi prezzemolati</b>                   |
|                                                     | Insalata verde e mais                            | Dadolata di zucchine*           | Insalata di pomodori con basilico                | Carote julienne                                         | Insalata di fagiolini* e pomodori            |
|                                                     | Frutta fresca di stagione                        | Frutta fresca di stagione       | Frutta fresca di stagione                        | Frutta fresca di stagione                               | Frutta fresca di stagione                    |
|                                                     | Pane a basso tenore di sodio                     | Pane a basso tenore di sodio    | Pane a basso tenore di sodio                     | <b>Pane integrale a basso tenore di sodio</b>           | Pane a basso tenore di sodio                 |
|                                                     | Frutta fresca di stagione                        | Pane e marmellata               | Budino uegano                                    | Biscotti senza latte e uovo                             | Banana                                       |
|                                                     | LUNEDI'                                          | MARTEDI'                        | MERCOLEDI'                                       | GIOVEDI'                                                | VENERDI'                                     |
| 3° SETTIMANA                                        | <b>Pasta alla crema di zafferano senza latte</b> | <b>Crema di carote con riso</b> | Antipasto di verdure di stagione                 | <b>Pasta al pesto* e pomodoro uegano</b>                | Passato di verdura* con ditalini             |
|                                                     | Lenticchie al pomodoro                           | <b>Legumi al curry</b>          | <b>Pizza rossa</b><br><b>Legumi prezzemolati</b> | <b>Farinata di ceci</b>                                 | <b>Legumi in umido</b>                       |
|                                                     | Carote aromatizzate *                            | <b>Verdure in umido</b>         |                                                  | <b>Spinaci all'olio</b>                                 | Insalata di fagiolini* e patate              |
|                                                     | Frutta fresca di stagione                        | Frutta fresca di stagione       | Frutta fresca di stagione                        | Frutta fresca di stagione                               | Frutta fresca di stagione                    |
|                                                     | Pane a basso tenore di sodio                     | Pane a basso tenore di sodio    | Pane a basso tenore di sodio                     | <b>Pane integrale a basso tenore di sodio</b>           | Pane a basso tenore di sodio                 |
|                                                     | Frutta fresca di stagione                        | Pane e marmellata               | Budino uegano                                    | Biscotti senza latte e uovo                             | Banana                                       |
|                                                     | LUNEDI'                                          | MARTEDI'                        | MERCOLEDI'                                       | GIOVEDI'                                                | VENERDI'                                     |
| 4° SETTIMANA                                        | Pasta alla norma*                                | <b>Riso all'olio</b>            | Crema di carote*con crostini                     | <b>Riso al pomodoro</b>                                 | <b>Gnocchi al pomodoro e basilico uegani</b> |
|                                                     | <b>Insalata di cannellini</b>                    | <b>Tortino di legumi</b>        | <b>Farinata di ceci</b>                          | <b>Legumi agli aromi</b>                                | Crocchette di legumi in umido                |
|                                                     | Pomodori in insalata                             | Carote julienne e mais          | <b>Patate sabbiose uegane</b>                    | Insalata primavera<br>(pomodori,verde,carote,finocchi ) | Insalata verde                               |
|                                                     | Frutta fresca di stagione                        | Frutta fresca di stagione       | Frutta fresca di stagione                        | Frutta fresca di stagione                               | Frutta fresca di stagione                    |
|                                                     | Pane a basso tenore di sodio                     | Pane a basso tenore di sodio    | Pane a basso tenore di sodio                     | <b>Pane integrale a basso tenore di sodio</b>           | Pane a basso tenore di sodio                 |
|                                                     | Frutta fresca di stagione                        | Pane e marmellata               | Budino uegano                                    | Biscotti senza latte e uovo                             | Banana                                       |
| IN GRASSETTO E SOTTOLINEATO LE MODIFICHE DIETETICHE |                                                  |                                 |                                                  |                                                         |                                              |

Il menù scolastico è elaborato nel rispetto dei Criteri Ambientali Minimi (CAM) e prevede l'impiego di materie prime selezionate, con precise percentuali di prodotti biologici e certificati. Le scelte alimentari garantiscono sicurezza, valore nutrizionale e attenzione all'ambiente, favorendo filiere controllate e una pesca sostenibile

Menù in vigore dal 09/09/2026

Le grammature sono in linea con le Linee Guida dell'ATS di riferimento e si differenziano per fasce di età.  
Il pane somministrato è sempre a ridotto contenuto di sale (1,7 % di sale sul totale della farina).  
Le proposte di frutta fresca sono calendarizzate garantendo almeno n.3 tipologie di frutta nella settimana.  
In fase di preparazione e condimento viene utilizzato esclusivamente olio EVO.  
In fase di preparazione e condimento viene utilizzato esclusivamente sale iodato.

Prodotto gelo \*