



**MENU' INVERNALE SCUOLE PRIMARIE  
ANNO SCOLASTICO 2020-2021  
MENU PRIVO DI GLUTINE**

	<b>Lunedì</b>	<b>Martedì</b>	<b>Mercoledì</b>	<b>Giovedì</b>	<b>Venerdì</b>
<b>Settimana 2 /11 28/12 22/2</b>	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta
	Risotto ai piselli	Insalata mista	Pasta al pesto S/G	Risotto allo zafferano	Pasta in bianco S/G
	Asiago raz. ridotta	Spezzatino di vitellone con polenta	Pesce al limone	Arrosto di tacchino all'arancia	Frittata al formaggio
	Carote		Fagiolini	Biete erbette o broccoletti al vapore	Finocchi
<b>Settimana 9/11 4/1 1/3</b>	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta
	Pasta al pomodoro S/G	Risotto verde	Pasta al tonno S/G	Risotto alla parmigiana	Pasta mimosa S/G o <b>Pizza S/G per Sc. Gramsci e Allende</b>
	Arrosto di tacchino	Pesce alla pizzaiola	Tortino di lenticchie S/G	Bocconcini di pollo alle verdure	Crescenza (solo per chi non ha pizza)
	Fagiolini	Zucchine trifolate	Finocchi	Carote	Insalata
<b>Settimana 16/11 11/1 8/3</b>	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta
	Pasta agli aromi S/G	Risotto al pomodoro	Pasta al pesto di broccoletti S/G	Risotto zucca e fagioli o <b>Pizza S/G per Sc. Aldo Moro e Quinto Profili</b>	Pasta al sugo con verdura S/G
	Pollo Picasso	Frittata alle patate	Arrosto di tacchino al latte	Primo sale raz. rid. (solo per chi non ha pizza)	Pesce gratinato alle erbe S/G
	Misto di verdure al vapore	Biete erbette	Insalata	Finocchi	Insalata
<b>Settimana 26/11 18/1 15/3</b>	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta
	Risotto alla parmigiana	Pasta alla Cosentina S/G o <b>Pizza S/G per Sc. K.Wojtyla</b>	Pasta mimosa S/G	Ravioli di magro S(G)	Risotto alla paesana
	Fesa di tacchino al limone	Tortino di legumi (solo per chi non ha pizza)s/g	Bocconcini di pollo agli aromi S/G	Asiago porz.rid.	Bastoncini di pesce (non pre-fritti) S/G

	Insalata	Finocchi	Zucchine trifolate	Carote	Fagiolini
<b>Settimana 30/11 25/1 22/3</b>	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta
	Pasta con lenticchie e zucchine S/G	Risotto al profumo di arancia e finocchi	Pasta al sugo S/G	Risotto alle carote	Pasta al pesto S/G
	Primo sale raz. rid.	Arrosti di lonza alle mele	Filetti di pesce al limone	Pollo Picasso	Frittata alle patate
	Carote	Cavolfiori o broccoletti	Insalata	Fagiolini	Biete erbette lessate

	<b>Lunedì</b>	<b>Martedì</b>	<b>Mercoledì</b>	<b>Giovedì</b>	<b>Venerdì</b>
<b>Settimana 7/12 1/2 29/3</b>	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta
	Riso alla zucca	Pasta mimosa S/G	Pasta al tonno S/G	Riso al latte	Pasta al pomodoro S/G
	Polpettine di ricotta S/G	Bocconcini di pollo gratinati agli aromi S/G	Tortino di legumi con pomodoro S/G	Arrosti di tacchino	Pesce impanato S/G o bastoncini di pesce non pre-fritti S/G
	Cavolfiori gratinati S/G	Insalata	Fagiolini	Carote	Insalata
<b>Settimana 14/12 8/2</b>	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta
	Pasta al pesto di verdure S/G	PRANZO DI NATALE o Pasta al sugo S/G	Pasta agli aromi S/G	Risotto viola o risotto zucchine e curcuma	Pasta al pomodoro e fagioli cannellini S/G
	Crescenza	Fesa di tacchino julienne S/G	Polpette di pesce S/G	Bocconcini di pollo al forno	Tortino alle zucchine S/G
	Biete erbette	Zucchine trifolate	insalata	Finocchi	Carote
<b>Settimana 21/12 15/2</b>	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta	Spuntino: frutta
	Risotto verde	Insalata	Pasta alla Cosentina S/G	Risotto alle carote O Menu di carnevale	Pasta al pesto S/G
	Frittata alle patate	Lasagne al ragù S/G	Polpette o tortino di piselli S/G	Bocconcini di pollo gratinati agli aromi S/G O Menu di carnevale	Pesce gratinato S/G
	Misto di verdura		Carote	Biete erbette	Zucchine

#### MERENDE

Pane S/G e confettura	Torta casalinga S/G e The O focaccia S/G e The	Pane S/G e cioccolato fondente S/G	Latte bio*e biscotti S/G	Yogurt e mousse di frutta o Budino
-----------------------	--	------------------------------------	--------------------------	------------------------------------

- Prodotti bio presenti nel menu: Pasta, Uova Pastorizzate, Minestrone gelo, Lenticchie, Ceci, Fagioli Borlotti, Farina bianca, Orzo perlato, Passata di pomodoro/pomodori pelati, Olio extravergine bio, Yogurt: tutte le volte che previsti in menu per tutti gli utenti

- Prodotti congelati/surgelati: Verdure per contorni cotti e minestre, pesce, gelato, pasta per lasagne, ravioli
- Il pane SERVITO SARA' S/G OPPURE CRACKERS S/G e viene somministrato dopo il primo piatto;
- Per il condimento dei cibi, sono utilizzati, a crudo olio extra vergine di oliva di produzione biologica e sale iodato
- I contorni seguiranno andamento stagionale
- **Il menù potrà subire, saltuariamente, delle modifiche**
- **La merenda sarà erogata agli iscritti al post-scuola comunale.**
- **Nella giornata di somministrazione della focaccia e dei piatti “unici”, come prima portata sarà distribuito il contorno.**
- **Il riso pilaf sarà servito unitamente al pollo/tacchino con le verdure**
- In caso di necessità di dieta per problemi di salute (esclusivamente su presentazione del certificato medico) o per motivi religiosi, la richiesta dovrà essere presentata e rinnovata annualmente, prima dell’inizio dell’anno scolastico, utilizzando l’apposita modulistica, scaricabile dal sito del Comune .
- La dieta sarà erogata solo previo invio di: moduli “richiesta dieta speciale” ed “autorizzazione al trattamento dei dati”, debitamente compilati e firmati, unitamente alla Certificazione medica (quando richiesta) recente con data del rilascio anteriore, al massimo, di 3 mesi rispetto alla richiesta e copia dei documenti di identità dei firmatari, al seguente indirizzo mail
- : ristorazione@comune.garbagnate-milanese.mi.it

**IN MAIUSCOLO LE VARIAZIONI DI MENU'**

**NOTA BENE: LA SIGLA S/G SIGNIFICA CHE VERRANNO UTILIZZATI PRODOTTI SENZA GLUTINE**

**LA DIETISTA CHE SVILUPPA LE DIETE GIORNALIERE VERIFICHERA' COMUNQUE PRIMA DI PROCEDERE ALLA LETTURA DELLE ETICHETTE DEI PRODOTTI ED ALLA VERIFICA DELLE RICETTE**

**REDATTO DALLA DIETISTA**