

**MENU' INVERNALE SCUOLE SECONDARIE DI PRIMO GRADO
ANNO SCOLASTICO 2020-2021
PRIVO DI CARNE**

	Lunedì	Mercoledì
Settimane 2 /11 28/12 22/2	Risotto ai piselli	Insalata mista
	Asiago raz.rid	FORMAGGIO con polenta
	Carote	
	Frutta	Frutta
Settimane 9/11 4/1 1/3	Pasta integrale al pomodoro	Pasta al tonno
	FORMAGGIO	Bastoncini di pesce
	Fagiolini	Insalata
	Frutta	Frutta
Settimane 16/11 11/1 8/3	Pasta agli aromi	Finocchi
	MERLUZZO Picasso	Pizza
	Misto di verdure al vapore	
	Frutta	Frutta
Settimane 26/11 18/1 15/3	Pasta alla Cosentina	Ravioli di magro
	LEGUMI	Formaggio spalmabile
	Insalata	Carote
	Frutta	Frutta
Settimane 30/11 25/1 22/3	Risotto al profumo di arancia e finocchi	Pasta integrale al sugo
	FORMAGGIO	Filetti di pesce al limone
	Fagiolini	Insalata
	Frutta	Frutta
Settimane 7/12 1/2 29/3	Riso alla zucca	Pasta al pesto
	Polpettine di ricotta	Bocconcini di MERLUZZO gratinati agli aromi
	Cavolfiori gratinati	Insalata
	Frutta	Frutta
Settimane 14/12 8/2	Risotto viola o risotto zucchine e curcuma	Pasta al pomodoro e fagioli cannellini o Pranzo di Natale
	PESCE ALLA julienne	Tortino alle zucchine
	Zucchine trifolate	Carote
	Frutta	Frutta
Settimane 21/12 15/2	Riso Pilaf	Carote Menu di carnevale
	PESCE alle verdure*	Lasagne al ragù DI LENTICCHIE o Menu di carnevale
	Finocchi	
	Frutta	Frutta

- 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 è a ridotto contenuto di sale (1,7% riferito alla farina) e viene somministrato dopo il primo piatto; nella giornata di mercoledì viene consegnato pane biologico
- 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**
- **Nella giornata di somministrazione della pizza 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'

**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