

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

| | Lunedì | Mercoledì |
|---|--|---|
| Settimane 2 /11 28/12 22/2 | Risotto ai piselli | Insalata mista |
| | Asiago raz.rid | Spezzatino di vitellone con polenta |
| | Carote | |
| | Frutta | Frutta |
| Settimane 9/11 4/1 1/3 | Pasta integrale al pomodoro | Pasta al tonno |
| | Arrosto di tacchino | MERLUZZO GRATINATO |
| | Fagiolini | Insalata |
| | Frutta | Frutta |
| Settimane 16/11 11/1 8/3 | Pasta agli aromi | Finocchi |
| | Pollo Picasso | Pizza |
| | Misto di verdure al vapore | |
| | Frutta | Frutta |
| Settimane 26/11 18/1 15/3 | Pasta alla Cosentina | RAVIOLI D MAGRO |
| | Fesa di tacchino al limone | Formaggio spalmabile |
| | Insalata | Carote |
| | Frutta | Frutta |
| Settimane 30/11 25/1 22/3 | Risotto al profumo di arancia e finocchi | Pasta integrale al sugo |
| | Arrosto di lonza alle mele | Filetti di pesce al limone |
| | Fagiolini | Insalata |
| | Frutta | Frutta |
| Settimane 7/12 1/2 29/3 | Riso alla zucca | Pasta al pesto DI ZUCCHINE |
| | Polpettine di ricotta | Bocconcini di pollo 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 |
| | Fesa di tacchino julienne | Tortino alle zucchine |
| | Zucchine trifolate | Carote |
| | Frutta | Frutta |
| Settimane 21/12 15/2 | Riso Pilaf | Carote Menu di carnevale |
| | Bocconcini di pollo alle verdure | Lasagne al ragù 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