

**MENU' INVERNALE SCUOLE SECONDARIE DI PRIMO GRADO
ANNO SCOLASTICO 2020-2021
PRIVO DI LATTE E DERIVATI**

	Lunedì	Mercoledì
Settimane 2 /11 28/12 22/2	RISO ai piselli	Insalata mista
	PESCE GRATINATO	Spezzatino di vitellone con polenta
	Carote	
	Frutta	Frutta
Settimane 9/11 4/1 1/3	Pasta integrale al pomodoro	Pasta al tonno
	Arrostato di tacchino	Bastoncini di pesce (non pre.fritti) *
	Fagiolini	Insalata
	Frutta	Frutta
Settimane 16/11 11/1 8/3	Pasta agli aromi	Finocchi
	Pollo Picasso	Pizza ROSSA
	Misto di verdure al vapore	PESCE GRATINATO
	Frutta	Frutta
Settimane 26/11 18/1 15/3	Pasta alla Cosentina	PASTA AGLI AROMI
	Fesa di tacchino al limone	PESCE GRATINATO
	Insalata	Carote
	Frutta	Frutta
Settimane 30/11 25/1 22/3	RISO al profumo di arancia e finocchi	Pasta integrale al sugo
	Arrostato 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 VERDURE*	Bocconcini di pollo gratinati agli aromi
	Cavolfiori gratinati	Insalata
	Frutta	Frutta
Settimane 14/12 8/2	RISO viola o RISO 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	PASTA 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-milane.se.mi.it

IN MAIUSCOLO LE VARIAZIONI DI MENU'

NOTA BENE: SIA IN TUTTE LE PREPARAZIONI OVE LO CONSENTE E SUI PRIMI PIATTI NON SARA' UTILIZZATO GRANA PADANO E I RISOTTI NON SARANNO AMALGAMATI CON IL BURRO

I PRODOTTI CONTRASSEGNA TI CON IL SIMBOLO * SONO PRIVI DI LATTE E DERIVATI

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