

**MENU' INVERNALE SCUOLE DELL'INFANZIA
ANNO SCOLASTICO 2020-2021
MENU PRIVO DI CARNE**

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Settimana 2 /11 28/12 22/2	Spuntino: mousse di frutta o spremuta	Spuntino: mousse di frutta o spremuta	Spuntino: mousse di frutta o spremuta	Spuntino: mousse di frutta o spremuta	Spuntino: mousse di frutta o spremuta
	Risotto ai piselli	Insalata mista	Pasta al pesto	Risotto allo zafferano	Pasta in bianco
	Asiago raz. ridotta	FORMAGGIO con polenta	Pesce al limone	CROCCHETTE DI LEGUMI	Frittata al formaggio
	Carote		Fagiolini	Biete erbette o broccoletti al vapore	Misto di verdura al vapore
Settimana 9/11 4/1 1/3	Spuntino: mousse di frutta o spremuta	Spuntino: mousse di frutta o spremuta	Spuntino: mousse di frutta o spremuta	Spuntino: mousse di frutta o spremuta	Spuntino: mousse di frutta o spremuta
	Pasta integrale al pomodoro	Risotto verde	Pizza al pomodoro	Risotto alla parmigiana	Pasta al tonno
	FORMAGGIO	Pesce alla pizzaiola	Formaggio spalmabile	Bocconcini di MERLUZZO alle verdure	Tortino di lenticchie
	Fagiolini	Zucchine trifolate	Misto verdure al vapore	Insalata	Carote
Settimana 16/11 11/1 8/3	Spuntino: mousse di frutta o spremuta	Spuntino: mousse di frutta o spremuta	Spuntino: mousse di frutta o spremuta	Spuntino: mousse di frutta o spremuta	Spuntino: mousse di frutta o spremuta
	Pasta agli aromi	Risotto al pomodoro	Pasta al pesto di broccoletti	Risotto zucca e fagioli	Pasta integrale al sugo con verdura
	PESCE ALLA Picasso	Frittata alle patate	LEGUMI	Primo sale raz. rid.	Pesce gratinato alle erbe
	Misto di verdure al vapore	Biete erbette	Insalata	Cavolfiori gratinati	Insalata
Settimana 26/11 18/1 15/3	Spuntino: mousse di frutta o spremuta	Spuntino: mousse di frutta o spremuta	Spuntino: mousse di frutta o spremuta	Spuntino: mousse di frutta o spremuta	Spuntino: mousse di frutta o spremuta
	Risotto alla parmigiana	Pasta alla Cosentina	Pasta mimosa	Ravioli di magro	Risotto alla paesana
	PESCE AL LIMONE	Tortino di legumi	LEGUMI	Asiago porz.rid.	Bastoncini di pesce (non pre-fritti)
	Insalata	Carote	Zucchine trifolate	Misto verdure al vapore	Fagiolini
Settimana	Spuntino: mousse di	Spuntino: mousse	Spuntino:	Spuntino:	Spuntino:

ne 30/11 25/1 22/3	frutta o spremuta	di frutta o spremuta	mousse di frutta o spremuta	mousse di frutta o spremuta	mousse di frutta o spremuta
	Pasta con lenticchie e zucchine	Risotto al profumo di arancia e finocchi	Pasta al sugo	Risotto alle carote	Pasta al pesto
	Primo sale raz. rid.	LEGUMI	Filetti di pesce al limone	MERLUZZO ALLA Picasso	Frittata alle patate
	Carote	Cavolfiori broccoletti	Insalata	Fagiolini	Biete erbette lessate

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Settimana ne 7/12 1/2 29/3	Spuntino: mousse di frutta o spremuta	Spuntino: mousse di frutta o spremuta	Spuntino: mousse di frutta o spremuta	Spuntino: mousse di frutta o spremuta	Spuntino: mousse di frutta o spremuta
	Riso alla zucca	Pasta mimosa	Pasta al tonno	Riso al latte	Pasta integrale al pomodoro
	Polpettine di ricotta	Bocconcini di MERLUZZO gratinati agli aromi	Tortino di legumi con pomodoro	FORMAGGIO	Pesce impanato o bastoncini di pesce non pre-fritti
	Cavolfiori gratinati	Insalata	Fagiolini	Carote	Insalata
Settimana ne 14/12 8/2	Spuntino: mousse di frutta o spremuta	Spuntino: mousse di frutta o spremuta O dolce di Natale	Spuntino: mousse di frutta o spremuta	Spuntino: mousse di frutta o spremuta	Spuntino: mousse di frutta o spremuta
	Pasta al pesto di verdure	PRANZO DI NATALE o Pasta al sugo	Pasta agli aromi	Risotto viola o risotto zucchine e curcuma	Pasta al pomodoro e fagioli cannellini
	Crescenza	PESCE GRATINATO	Polpette di pesce	LEGUMI	Tortino alle zucchine
	Biete erbette	Zucchine trifolate	insalata	Misto di verdure al vapore	Carote
Settimana ne 21/12 15/2	Spuntino: mousse di frutta o spremuta	Spuntino: mousse di frutta o spremuta	Spuntino: mousse di frutta o spremuta	Spuntino: mousse di frutta o spremuta o dolce di Carnevale	Spuntino: mousse di frutta o spremuta
	Risotto verde	Insalata	Pasta alla Cosentina	Risotto alle carote O Menu di carnevale	Pasta al pesto
	Frittata alle patate	Lasagne al ragù DI LENTICCHIE	Polpette tortino o di piselli	Bocconcini di MERLUZZO gratinati agli aromi O Menu di carnevale	Pesce gratinato
	Misto di verdura		Carote	Biete erbette	Zucchine

MERENDE

Pane e confettura	Torta casalinga e	Pane e cioccolato	Latte bio*e	Yogurt e mousse
-------------------	-------------------	-------------------	-------------	-----------------

	The O focaccia e The	fondente	biscotti	di frutta o Budino
--	-------------------------	----------	----------	--------------------

***La Mousse di frutta o la spremuta saranno distribuite a metà mattina o dopo pranzo, secondo quanto richiesto dalle Direzioni Didattiche.**

- 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
- La preparazione degli alimenti dovrà rispettare le indicazioni riportate dal documento: LINEE DI INDIRIZZO PER LA PREVENZIONE DEL SOFFOCAMENTO DA CIBO IN ETA' PEDIATRICA - Ministero della Salute
- Il formato della pasta dovrà essere idonea all'età dei consumatori
- 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 e nella giornata di venerdì pane integrale 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**
- **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

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