

MENU INVERNALE

CLASSI III-IV- V PRIMARIA DEL COMUNE DI CASALE MONFERRATO

DIETA GENERALE VEGANA



	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1 SETTIMANA	PRIMI Risotto al pomodoro NO LATTE Riso in bianco	Penne con zucchine Pennette in bianco	Pizza pomodoro Pasta in bianco	Crema di Fagioli con crostini Riso in bianco	Fusilli al pomodoro Fusilli in bianco
2 SETTIMANA	SECONDI BURGER DI LEGUMI NO UOVO Carote al vapore Insalata mista Frutta di stagione	LEGUMI ALL'OLIO Insalata verde Fagiolini Frutta di stagione	BURGER DI LEGUMI NO UOVO Zucchine al vapore Carote julienne Frutta di stagione	LEGUMI ALL'OLIO Insalata Mista Carote al vapore Frutta di stagione	BURGER DI LEGUMI NO UOVO Spinaci saltati Carote julienne Frutta di stagione
3 SETTIMANA	PRIMI PASTA ALL'OLIO	Risotto con crema di piselli NO LATTE	Crema di verdure con pasta Pasta in bianco	Pasta agli aromi Pasta in bianco	Polenta Riso in bianco
4 SETTIMANA	SECONDI BURGER DI LEGUMI NO UOVO Cavolo verza julienne Zucchine all'olio Frutta di stagione	LEGUMI ALL'OLIO Erbette al vapore Finocchi Julienne Frutta di stagione	BURGER DI LEGUMI NO UOVO FAGIOLINI ALL'OLIO Frutta di stagione	LEGUMI ALL'OLIO Finocchi julienne Cavolfiori all'olio Frutta di stagione	BURGER DI LEGUMI NO UOVO Spinaci all'olio Insalata Mista Frutta di stagione
5 SETTIMANA	PRIMI Pasta INTEGRALE all'ortolana Pasta in bianco	PASTA CON ZUCCHINE Pasta in bianco	Crema di verdure con riso Riso in bianco	Tortiglioni al Pomodoro Pasta in bianco	RISO ALL'OLIO
6 SETTIMANA	SECONDI LEGUMI ALL'OLIO Spinaci al vapore Insalata Mista Frutta di stagione	BURGER DI LEGUMI NO UOVO Insalata verde Zucchine trifolate Frutta di stagione	LEGUMI ALL'OLIO INSALATA MISTA Frutta di stagione	BURGER DI LEGUMI NO UOVO Carote al vapore Insalata Mista Frutta di stagione	LEGUMI ALL'OLIO Verdura cotta Finocchi Julienne Frutta di stagione
7 SETTIMANA	PRIMI Chicche al pomodoro Pasta in bianco	RISO ALL'ORTOLANA NO LATTE	Crema di ceci NO LATTE Riso in bianco	PIZZA AL POMODORO Pasta in bianco	PASTA ALL'OLIO
8 SETTIMANA	SECONDI BURGER DI LEGUMI NO UOVO Finocchi Julienne Fagiolini all'olio Frutta di stagione	LEGUMI ALL'OLIO Carote Cotte Insalata mista Frutta di stagione	BURGER DI LEGUMI NO UOVO Spinaci saltati Carote julienne Frutta di stagione	LEGUMI ALL'OLIO Insalata Mista Zucchine al vapore Frutta di stagione	BURGER DI LEGUMI NO UOVO Patate al forno Insalata Mista Frutta di stagione

* Mezza porzione

Il secondo e il contorno saranno accompagnati da pane bianco, una volta/settimana il pane bianco sarà sostituito da PANE INTEGRALE.

Per i refettori che non aderiscono all'iniziativa "LA SCUOLA..DA FRUTTI!", il pasto si concluderà con frutta o dessert.



Giornata vegetariana



Piatto tipico piemontese



Pizza o focaccia