



MENU' DELLA REFEZIONE SCOLASTICA AUTUNNO INVERNO 2009-2010 E CONSIGLI PER LA CENA



1° SETTIMANA

PRANZO A SCUOLA	CENA A CASA
<b>LUNEDI'</b>	
Pasta in bianco /pizza	Minestra di verdure con crostini
Mozzarella	Nasello con pomodoro oppure gratinato al forno con erbe aromatiche e pangrattato
Verdure cotte	Insalata di stagione
Frutta	
Merenda Mat: Pane marmellata	
<b>MARTEDI'</b>	
Risotto con piselli	Pasta alla carbonara con zucchine o verza
Medaglioni di tacchino	Verdura cotta
Carote julienne	
Frutta	
Merenda Mat: Pane con crema di nocciola	
<b>MERCOLEDI'</b>	
Brodo Vegetale con pasta	Tagliatelle tricolore in bianco o al pomodoro
Arrosto con puree'/	Pureè di ceci
Verdura cotta di stagione	Insalata di stagione cruda
Frutta	
Merenda Mat: Banana	
<b>GIOVEDI'</b>	
Pasta in bianco (Medie : al pomodoro)	Riso con crema di carciofi
Omelette alle verdure	Coscia di pollo
Verdure cotte	Verdura cotta
Frutta	
Merenda Mat: Pane olio	
<b>VENERDI'</b>	
Fusilli con Verdure	Pasta al forno con verdure e pezzetti di formaggio
Platessa dorata	Verdura cotta
Insalata di stagione	
Frutta	
Merenda Mat: budino	

2° SETTIMANA

PRANZO A SCUOLA	CENA A CASA
<b>LUNEDI'</b>	
Gnocchetti sardi al pomodoro/ Tortino di riso (piatto unico)	Riso con zafferano
Formaggio	Crocchette di legumi
Verdura cotta di stagione	Insalata cruda di stagione
Frutta	
Merenda Mat: pane olio	
<b>MARTEDI'</b>	
Pasta e broccoli / cavolfiori	Gnocchi di patate al pomodoro
Cotoletta di Pesce / Merluzzo in umido	Spiedini di tacchino e verdure
Insalata di stagione	Verdura cotta
Frutta	
Merenda Mat: Budino	
<b>MERCOLEDI'</b>	
Polenta	Pasta con pangrattato tostato
Spezzatino di carne	Filetto di pesce al cartoccio
Verdura cotta	Insalata di stagione cruda
Frutta	
Merenda Mat: Banana	
<b>GIOVEDI'</b>	
Minestrone di legumi c/orzo	Frittata di pasta
Petto di pollo dorato	Insalata di stagione cruda
Patate prezzemolate	
Frutta	
Merenda Mat: Pane marmellata	
<b>VENERDI'</b>	
Riso con pomodoro	Pasta con zucca
Crocchette di verdura e ricotta	Sogliola alla mugnaia
Verdure cotte	Insalata di stagione
Elem: Popcorn	
Merenda Mat: Pane con crema di nocciola	

Inoltre si specifica che le lasagne verranno servite una volta al mese. Tutti i tipi di pesce al forno; fagiolini bio, spinaci bio, piselli bio e la pasta a sfoglia per le lasagne sono prodotti surgelati. Il metodo definito "dorato" è gratinato al forno.

Le polpette, le omelette, i medaglioni e le cotolette di pesce sono preparati ogni giorno freschi direttamente dalla cucina Bioristoro (Grugliasco)

A COMPLETAMENTO DEL PASTO S'INTENDE PANE E FRUTTA FRESCA DI STAGIONE



**MENU' DELLA REFEZIONE SCOLASTICA AUTUNNO INVERNO 2009-2010 E CONSIGLI PER LA CENA**



**3° SETTIMANA**

**4° SETTIMANA**

**PRANZO A SCUOLA**

**CENA A CASA**

**PRANZO A SCUOLA**

**CENA A CASA**

<b>LUNEDI'</b>	
Pasta in bianco / Pizza	Pasta e fagioli
Misto formaggi	Macedonia di verdure
Verdura cotta di stagione	
Frutta	
Merenda Mat: Pane crema di nocciola	
<b>MARTEDI'</b>	
Pasta al pesto	Pasta al ragu' vegetale
Frittatina con verdura	Bistecca alla pizzaiola
Verdura cotta di stagione	Insalata cruda
Frutta	
Merenda Mat: Pane e marmellata	
<b>MERCOLEDI'</b>	
Minestra di verdure con pasta e legumi	Pasta al pomodoro ed olive
Arrosto di tacchino alle verdure	Crocchette di pesce
Patate all'olio o al forno	Insalata cruda
Frutta	
Merenda Mat: Banana	
<b>GIOVEDI'</b>	
Lasagne al forno/ Pasta ( spaghetti) con ragu' di carne	Passata di verdure con pasta o riso
Piselli in umido	Uovo alla coque
Insalata di stagione	Verdura cotta di stagione
Frutta	
Merenda Mat: Pane e miele	
<b>VENERDI'</b>	
Riso al parmigiano	Piadina all'olio d'oliva con crescenza e pezzetti di pomodoro o rucola dolce
Filetto di merluzzo	Insalata di stagione
Verdure cotte	
Elem: Succo e tarallucci	
Merenda Mat: Succo e tarallucci	

<b>LUNEDI'</b>	
Garganelli al sugo di pomodoro / Pasta pasticciata	Pasta con calamari
Crescenza	Verdura cotta
Macedonia di verdure	
Frutta	
Merenda Mat: Pane olio	
<b>MARTEDI'</b>	
Passato di zucca con lenticchie rosse/ crostini/ riso/orzo	Pasta in bianco / pomodoro
Bocconcini di Vitello / Polpette di carne in umido	Frittata di spinaci
Patate al forno	Insalata cruda
Mat : polpette di ceci e insalata finocchi	
Frutta	
Merenda Mat: Pane crema di nocciola	
<b>MERCOLEDI'</b>	
Lasagne al forno / pasta al ragu' di carne	Fusilli al tonno
Piselli in umido	Insalata di carote
Insalata di stagione	
Frutta	
Merenda Mat: Banana	
<b>GIOVEDI'</b>	
Pasta in bianco/(Medie : al pomodoro)	Pasta e ceci
Cosce di pollo	Macedonia di verdure
Verdura brasata	
Frutta	
Merenda Mat: Pane e marmellata	
<b>VENERDI'</b>	
Farfalle al sugo di pomodoro	Riso e piselli
Crocchette di pesce/ Filetto di platessa dorato	Finocchi gratinati
Insalata di stagione	
Merenda Elem e Mat Plum Cake	

Inoltre si specifica che le lasagne verranno servite una volta al mese. Tutti i tipi di pesce al forno; fagiolini bio, spinaci bio, piselli bio e la pasta a sfoglia per le lasagne sono prodotti surgelati. Il metodo definito "dorato" è gratinato al forno.

Le polpette, le omelette, i medaglioni e le cotolette di pesce sono preparati ogni giorno freschi direttamente dalla cucina Bioristoro (Grugliasco)

A COMPLETAMENTO DEL PASTO S'INTENDE PANE E FRUTTA FRESCA DI STAGIONE