Comune di Casale Corte Cerro Prot. 0004984 del 23-07-2020 Cat. 7 Cl. 1

In vigore dal 26 ottobre 2020 con la 1° settimana

SCUOLA SECONDARIA DI CASALE CORTE CERRO

Menù autunno - inverno

A.S. 2020/2021

	1°settimana	2°settimana	3°settimana	4°settimana
Lunedì	Pasta al pomodoro Omelette/uova sode Spinaci/erbette all'olio	Pasta integrale alle verdure Scaloppina di pollo agli aromi Insalata mista	Pasta/risotto agli aromi Pesce (^) al limone/alla mugnaia Verdure invernali all'olio/finocchi	Pasta olio e parmigiano Legumi all'olio/in umido Verdure invernali all'olio/Broccoli **oppure** Pasta e legumi ½ porz. prosc. cotto Verdure invernali all'olio/Broccoli
Martedì	Insalata mista/verdure all'olio Pizza pomodoro e mozzarella ½ porz.prosc.cotto	Lasagne ½ Formaggio (*) Finocchi /cavolfiore all'olio	Risotto al pomodoro Tacchino impanato al forno Insalata verde	Gnocchi al pomodoro Formaggio (*) Finocchi all'olio/cavolfiori in insalata
Mercoledì	Risotto allo zafferano Pesce (^) impanato al forno Insalata mista	Risotto alla parmigiana Pesce (^) in umido al forno Insalata verde	Pasta pomodoro e tonno Tortino uova e formaggio/frittata Carote in insalata/all'olio	Polenta/risotto Polpette di bovino adulto/macinata Carote all'olio/in insalata

Il pranzo viene completato con **pane comune/integrale** e **frutta fresca di stagione** (è consigliabile anticipare quest'ultima nello spuntino di metà mattina). **1 volta/settimana** (preferibilmente in presenza di piatto unico o di primo piatto semplice e possibilmente nelle giornate più critiche come momento gratificante, ad esempio in presenza di legumi, minestre, ecc.) la frutta può essere sostituita con Yogurt o con un Dolce semplice tipo: gelato, budino, torta margherita, allo yogurt, crostata di frutta o marmellata, ecc.
(*) Tipologie di formaggio: ricotta, mozzarella, formaggio fresco di capra, primosale, robiola, caciotta fresca, toma (tipo Crodo, ecc.), parmigiano reggiano, grana padano, ecc.
(^) Tipologie di pesce: platessa, sogliola, palombo, nasello o merluzzo, cernia, orata, trota, ecc.

Si raccomanda:

- ✓ la diminuzione dell'utilizzo di sale nella preparazione dei pasti
- ✓ l'utilizzo esclusivo di sale iodato

7 LUG. 2020

In questa mensa viene servita acqua potabile trattata naturale.
Per le preparazioni e i condimenti viene usato olio extravergine d'oliva.

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI & NUTRIZIONE
DIETISTA Dott.ssa Barbara SPADACINI

Comune di Casale Corte Cerro Prot. 0005389 del 10-08-2020 Cat. 7 Cl. 1