

COMUNE DI CERANO

Menù primavera/estate - Scuole dell'infanzia e primaria

**NO CARNE.**

	1° settimana	2° settimana	3° settimana	4° settimana
Lunedì	Verdure crude all'olio Pizza pomodoro e mozzarella ½ porz. formaggio	Gnocchetti sardi (per infanzia) / Gnocchi (per primaria) al pomodoro Pesce gratinato Insalata verde	Pasta integrale al pomodoro e crema di ceci Frittata Carote all'olio/ in insalata	Pasta integrale al pomodoro e olive Formaggio Fagiolini
Martedì	Pasta integrale al pomodoro Pesce agli aromi Insalata di fagiolini / all'olio	Pasta al pesto (per infanzia) / Trofie al pesto (per primaria) Formaggio Fagiolini all'olio	Riso allo zafferano Legumi all'olio / in umido Insalata di pomodori	Crema di verdure con farro Pesce al forno Patate e verdure all'olio
Mercoledì	Pasta al burro e salvia Lenticchie all'olio / in umido Erbette all'olio/Insalata di pomodori	Riso alle verdure / al pomodoro Pesce gratinato al forno Carote julienne	Pasta al pesto Pesce al forno/agli aromi Insalata mista	Verdure e legumi in umido/ all'olio/ in insalata Pasta pasticciata / Lasagne con pomodoro e formaggio
Giovedì	Crema di zucchine con farro Frittata Patate e carote al forno	Passato di verdure e legumi con ditalini integrali Uova strapazzate Zucchine trifolate	Verdure cotte all'olio Pizza con pomodoro e mozzarella ½ porzione di formaggio	Riso alla parmigiana Pesce agli aromi/al pomodoro/al forno Zucchine all'olio
Venerdì	Riso al pomodoro Pesce impanato al forno Insalata mista	Pasta all'olio e Parmigiano Reggiano DOP Tortino / Polpette di legumi Insalata di pomodori	Pasta agli aromi Polpette di pesce Erbette saltate con olio	Pasta con crema allo zafferano Uova strapazzate Insalata verde

Il pranzo viene completato con **pane comune / integrale (servito tutti i mercoledì e il lunedì della 4ª settimana)**.

Per le preparazioni e come condimento viene usato olio extravergine d'oliva e sale iodato. *In questa mensa viene servita acqua potabile trattata naturale.*

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
FINE PRANZO	Frutta fresca	Frutta fresca	Yogurt alla frutta	Frutta fresca	Frutta fresca
MERENDA POMERIDIANA (PER INFANZIA)	Pane integrale e marmellata	Mousse di frutta 100%	Frutta fresca	Pane e marmellata	Frutta fresca