

COMUNE DI CERANO

Menù primavera/estate - Scuole dell'infanzia e primaria

NO FRUTTA A GUSCIO (mandorle, noci, noci del Brasile, noci di pecan, noci di acagiù, pistacchi, noci macadamia o del Queensland, anacardi, nocciole, pinoli). **UTILIZZARE SOLO OLIO D'OLIVA O EXTRAVERGINE.**

NO UOVO. NO LATTE E DERIVATI. ^NON AGGIUNGERE LATTE, BURRO, FORMAGGI E UOVO ALLE PREPARAZIONI.

SERVIRE PANE DEL PANIFICIO TRITICO SENZA LATTE, FRUTTA A GUSCIO E UOVO.

°usare pangrattato senza latte, frutta a guscio e uovo (marca Sapor, Caterline).

Leggere sempre l'etichetta dei prodotti confezionati per verificare l'assenza di latte, uovo, frutta a guscio e derivati. NO CARNE.

	1° settimana	2° settimana	3° settimana	4° settimana
Lunedì	Verdure crude all'olio Focaccia con pomodorini senza latte, uovo, fr. a guscio Joyens^ (no mozzarella) Pesce al forno°^	Gnocchetti sardi (per infanzia) / Gnocchi senza frutta a guscio, latte e uovo (per primaria) al pomodoro^ Pesce gratinato°^ Insalata verde	Pasta integrale al pomodoro e crema di ceci^ Pesce al forno°^ Carote all'olio/ in insalata	Pasta integrale al pomodoro e olive^ Pesce al forno°^ Fagiolini
Martedì	Pasta integrale al pomodoro^ Pesce agli aromi Insalata di fagiolini / all'olio	Pasta aromatizzata al basilico^ Pesce agli aromi 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 all'olio 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 aromatizzata al basilico^ Pesce al forno°^/agli aromi Insalata mista	Verdure e legumi in umido/ all'olio/ in insalata Pasta al pomodoro^
Giovedì	Crema di zucchini con farro^ Pesce agli aromi Patate e carote al forno	Passato di verdure e legumi con ditalini integrali^ Pesce agli aromi Zucchini trifolati	Verdure cotte all'olio Focaccia con pomodorini senza latte, uovo, fr. a guscio Joyens^ (no mozzarella) Pesce al forno°^	Riso all'olio^ Pesce agli aromi/al pomodoro/al forno° Zucchini all'olio
Venerdì	Riso al pomodoro^ Pesce impanato al forno°^ (NO uovo) Insalata mista	Pasta all'olio^ Tortino°^ / Polpette°^ di legumi (NO uovo) Insalata di pomodori	Pasta agli aromi^ Polpette di pesce°^ (NO uovo) Erbette saltate con olio	Pasta con zafferano^ Formaggio (NO Grana) Insalata verde

Il pranzo viene completato con **pane del panificio Tritico senza frutta a guscio e uovo comune / integrale (servito tutti i mercoledì e il lunedì della 4^ 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 di soia	Frutta fresca	Frutta fresca
MERENDA POMERIDIANA (PER INFANZIA)	Pane e marmellata	Mousse di frutta 100%	Frutta fresca	Pane e marmellata	Frutta fresca