

MENU' ESTIVO MONTALE 2017

1 SETTIMANA

LUNEDI Primo piatto Pasta integrale alla mediterranea Secondo piatto Bocconcini di pollo agli agrumi Contorno Carote al tegame Frutta/Dessert Frutta fresca Pane Pane	MARTEDI Primo piatto Tagliatelle all'uovo al ragù di carne bianca Secondo piatto e contorno Insalata caprese (mozzarella e pomodori) Frutta/Dessert Frutta fresca Pane Pane	MERCOLEDI Primo piatto Pasta al pesto Secondo piatto Prosciutto crudo Contorno Pomodori Frutta/Dessert Gelato Pane Pane	GIOVEDI Primo piatto Risotto primavera Secondo piatto Omelette Contorno Zucchine all'olio Frutta/Dessert Frutta fresca Pane Pane	VENERDI Primo piatto Brodo vegetale con pastina Secondo piatto Pesce al forno Contorno Fagioli all'olio Frutta/Dessert Frutta fresca Pane Pane
--	---	--	---	---

2 SETTIMANA

LUNEDI Primo piatto Pasta al pesto e pomodorini Secondo piatto Scaloppina di vitello alla pizzaiola Contorno Fagioli al pomodoro Frutta/Dessert Frutta fresca Pane Pane	MARTEDI Primo piatto Cannelloni di ricotta e spinaci al pomodoro Secondo piatto Salmone in crosta Contorno Pomodori Frutta/Dessert Frutta fresca Pane Pane	MERCOLEDI Primo piatto Passato di legumi con fiocchi di cereali Secondo piatto Pecorino fresco Contorno Zucchine trifolate Frutta/Dessert Frutta fresca Pane Pane	GIOVEDI Primo piatto Pasta alla pomarola Secondo piatto Fesa di iacchino al forno Contorno Pinzimonio di verdure Frutta/Dessert Frutta fresca Pane Pane	VENERDI Primo piatto Insalata di riso Secondo piatto Frittata Contorno Insalata verde Dolce Torta allo yogurt Pane Pane
--	---	--	--	---

3 SETTIMANA

LUNEDI Primo piatto Pasta al pomodoro Secondo piatto Mozzarella Contorno Zucchine all'olio Frutta/Dessert Yogurt Pane Pane	MARTEDI Primo piatto Pasta olio e Farmigiano Secondo piatto Arista Contorno Spinaci saltati Frutta/Dessert Frutta fresca Pane Pane	MERCOLEDI Primo piatto Insalata fredda di farro Secondo piatto Sogliola alla mughnaia Contorno Piselli Frutta/Dessert Frutta fresca Pane Pane	GIOVEDI Primo piatto Crema di verdure con pastina Secondo piatto Petto di pollo al limone Contorno Pomodori al basilico Frutta/Dessert Frutta fresca Pane Pane	VENERDI Primo piatto Pasta integrale al ragù vegetale Secondo piatto Prosciutto cotto Contorno Insalata mista Frutta/Dessert Frutta fresca Pane Pane
---	---	--	---	---


4 SETTIMANA

LUNEDI Primo piatto Riso all'olio Secondo piatto Frittata di zucchine Contorno Insalata verde Frutta/Dessert Frutta fresca Pane Pane	MARTEDI Primo piatto Crema di verdure e legumi con corn flaks Secondo piatto Tacchino al forno Contorno Patate arrosto Frutta/Dessert Frutta fresca Pane Pane	MERCOLEDI Primo piatto Pasta al pesto Secondo piatto Pesce croccante Contorno Insalata di pomodoro Frutta/Dessert Frutta fresca Pane Pane	GIOVEDI Primo piatto Pasta integrale al pomodoro Secondo piatto Roast-beef Contorno Carote al tegame Frutta/Dessert Frutta fresca Pane Pane	VENERDI Primo piatto Fagiolini al pomodoro Secondo piatto Stracchino Contorno Macedonia di frutta Frutta/Dessert Macedonia di frutta Pane Pane
---	--	--	--	---

CIR FOOD

La Dietista

Dott.ssa Fusi Luisella

<i>lunedì</i>	<i>martedì</i>	<i>mercoledì</i>	<i>giovedì</i>	<i>venerdì</i>	S	D
2 MENU INVERNALE PASTA DI SEMOLA AI FORMAGGI POLLO ARROSTO PATATE ARROSTO FRUTTA BIO DI STAGIONE	3 PASTA ALL'OLIO SCALOPPINA DI VITELLO FAGIOLINI BIO AL VAPORE FRUTTA BIO DI STAGIONE	4 PASTINA DI SEMOLA BIO IN BRODO DI CARNE IGP O VEGETALE BIO TONNO ALL'OLIO D'OLIVA CAROTE BIO AL VAPORE O ALL'OLIO BIO YOGURT BIO	5 PASTA DI SEMOLA AL POMODORO MOZZARELLA O ALTRO FORMAGGIO INSALATA TIEPIDA DI LEGUMI FRUTTA BIO DI STAGIONE	6 RISOTTO ALLA ZUCCA BIO O ALTRA VERDURA BIO DI STAGIONE OMELETTE AL PROSCIUTTO SPINACI SALTATI PL FRUTTA BIO DI STAGIONE	7	1
9 PASTA DI SEMOLA INTEGRALE Ω3 ALLA CREMA DI SPINACI BIO O RAGÙ VEG. BIO TORTA SALTATA (FORMAGGIO BIO PL E PROSC. COTTO) INSALATA DI VERDURE BIO DI STAG. FRUTTA BIO DI STAGIONE	10 PASSATO DI VERDURE E LEGUMI CON PASTA O RISO O CORN FLAKES POLLO ARROSTO PATATE ARROSTO FRUTTA BIO DI STAGIONE	11 POLENTA AL RAGÙ SPINACI PL ALL'OLIO FRUTTA BIO DI STAGIONE	12 PASTA DI SEMOLA AL PESTO D'INVERNO SPEZZATINO DI VITELLO FISELLI ALL'OLIO FRUTTA BIO DI STAGIONE	13 PASTINA DI SEMOLA BIO O RISO IN BRODO DI CARNE IGP FETTINA DI TACCHINO O POLLO AGLI AROMI BIO CAROTE BIO AL TEGAME FRUTTA BIO DI STAGIONE	14	15
16 PASTA INTEGRALE Ω3 ALL'OLIO BIO O BURRO BIO PL E FORMAGGIO PESCE ARROSTO BROCCOLETTI ALL'OLIO FRUTTA BIO DI STAGIONE	17 QUADRUCCIO DI PASTA FRESCA PL O TORTELLINO DI CARNE PL CON RAGÙ DI CARNE IGP FINOCCHI GRATINATI TORTA DI NOCI O NOCCIOLE PL IGP O TORTA CON FARINA DI CASTAGNA PL IGP O FRUTTA BIO DI STAGIONE	18 PASSATO DI LEGUMI CON PASTINA DI SEMOLA BIO O FIOCCHI DI CEREALI BOCCONCINI DI POLLO CROCCANTI BIETOLE PL O RAPE SALTATE FRUTTA BIO DI STAGIONE	19 PASTA DI SEMOLA AL PESTO ARISTA AL FORNO CAROTE FILANGÈ FRUTTA BIO DI STAGIONE	20 RISOTTO ALLA PARMIGIANA OMELETTE AL PROSCIUTTO INSALATA VERDE FRUTTA BIO DI STAGIONE	21	22
23 PASTINA DI SEMOLA BIO O RISO IN BRODO DI CARNE IGP MERLUZZO AL POMODORO PATATE ARROSTO FRUTTA BIO DI STAGIONE	24 PASTA DI SEMOLA AL BURRO PROSCIUTTO COTTO O CRUDO CAROTE SALTATE BIO FRUTTA BIO DI STAGIONE	25 ZUPPA D'ORZO BIO O RISO O FARRO BIO IGP CON LEGUMI ARISTA AL FORNO BIETOLE PL SALTATE FRUTTA BIO DI STAGIONE	26 PASTA Ω3 AL POMODORO PETTO DI POLLO ALLA VALDOSTANA O ARROSTO FINOCCHI FILANGÈ YOGURT BIO	27 PASTA DI SEMOLA BIO AL RAGÙ VEGETALE STRACCHINO O ALTRO FORMAGGIO PISELLI AL TEGAME FRUTTA BIO DI STAGIONE	28	29
30 PASTA DI SEMOLA AI FORMAGGI POLLO ARROSTO PATATE ARROSTO FRUTTA BIO DI STAGIONE	31 PASTA ALL'OLIO SCALOPPINA DI VITELLO FAGIOLINI BIO AL VAPORE FRUTTA BIO DI STAGIONE					

BIO = Prodotti da agricoltura biologica (la banana è biologica ed equosolidale). L'olio extra vergine di oliva per la preparazione dei pesti e per i condimenti è biologico.
PL = Prodotto localmente. **DOP** e **IGP** = Prodotti dop e igp. **Ω3** = Pasta integrale con omega 3 * = pesce a scelta tra quelli previsti da capitolato.