



COMUNE DI PIANENGO

TABELLA DIETETICA INVERNALE PER LA SCUOLA INFANZIA E PRIMARIA

ANNO SCOLASTICO 2021/2022 (dal 02 novembre 2021)



	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Prima settimana	Pasta al pesto Frittata con spinaci Pane, verdura e frutta	Pasta al ragù di ceci Crocchette di carote Pane, verdura e frutta	Polenta con bocconcini di carne di vitello al pomodoro Pane, verdura e frutta	Risotto alla zucca (bianco) Filetto di merluzzo al forno Pane, verdura e frutta	Minestrone leggero di verdure con orzo Bocconcini di pollo gratinati Pane, verdura e frutta
Seconda settimana	Pizza al pomodoro e tonno Pane, verdura e frutta	Risotto alla parmigiana Petto di pollo alla pizzaiola Pane, verdura e frutta	Pasta alle melanzane Polpette di legumi** Pane, verdura e frutta	Gnocchi di patate al pomod. Hamburger di bovino Pane, verdura e frutta	Pasta grano saraceno con pom. e olive Merluzzo alla provenzale Pane, verdura e frutta
Terza settimana	Riso al pomodoro Formaggi Pane, verdura e frutta	Polenta con polpette di pollo Pane, verdura e frutta	Passato di verdura e legumi con crostini Tortino di pesce Pane, verdura e frutta	Pasta gialla allo zafferano Cotoletta di tacchino Pane, verdura e frutta	Pastina in brodo Frittata al forno Pane, verdura e frutta
Quarta settimana	Pasta integrale al tonno Tortino di zucca e lenticchie Pane, verdura e frutta	Pasta all'olio e.v.o. Cotoletta di merluzzo Pane, verdura e frutta	Insalata con legumi* Pizza Margherita Pane, verdura e frutta	Cotoletta di pollo e patate aromatiche Pane, verdura e frutta	Riso al pomodoro Pesce Pane, verdura e frutta

*** no alimenti prefritti o preimpanati**

Pane a ridotto contenuto di sale e, una volta alla settimana, pane integrale.