ISTITUTO SCOLASTICO CERIOLI

MENÙ INVERNALE

ITALREST S.r.l.
Servizi di ristorazione
Ufficio Nutrizione Italrest

Una sana alimentazione per grandi traguardi!

	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
LUNEDÌ	Pasta al pesto Hamburger Bieta all'olio Frutta di stagione Pane integrale	Pasta al pomodoro Mozzarella Carote julienne Frutta di stagione Pane integrale	Pasta al pesto Frittata Spinaci all'olio Frutta di stagione Pane integrale	Pasta pomodoro e basilico Frittata Spinaci al grana Frutta di stagione Pane integrale
MARTEDÌ	Pasta al pomodoro Quick Broccolo all'olio Frutta di stagione Pane	Risotto alla zucca Frittata Fagiolini Frutta di stagione Pane	Pasta al pomodoro Burger vegetali Carote julienne Frutta di stagione Pane	Pasta olio e parmigiano Filetto di nasello al forno Fagiolini Frutta di stagione Pane
MERCOLEDÌ	Pasta olio e parmigiano Cotoletta vegetale Carote saporite Frutta di stagione Pane	Minestra di fagioli Fesa di tacchino salume Spinaci al grana Frutta di stagione Pane	Pasta con crema di verdure Caciotta dolce Cavolfiori all'agro Frutta di stagione Pane	Crema di ceci con farro Fesa di pollo Cavolfiori all'olio Frutta di stagione Pane
GIOVEDÌ	Riso al pomodoro Frittata delicata Spinaci al grana Frutta di stagione Pane integrale	Pasta olio e parmigiano Sovracoscio di pollo Insalata Frutta di stagione Pane integrale	Pasta alla marinara Polpette in umido Insalata Frutta di stagione Pane integrale	Riso al pomodoro Bocconcini di tacchino in umido con carote Frutta di stagione Pane integrale
VENERDÌ	Passato di verdure Merluzzo gratinato Patate al forno Pane Frutta di stagione	Pasta con crema di piselli Filetto di nasello al limone Cavolfiori gratinati Pane Frutta di stagione	Riso olio e parmigiano Bocconcini di merluzzo Fagiolini Pane Frutta di stagione	Pizza rossa e bianca Mozzarella Insalata mista Frutta di stagione Pane