

Menù COMUNE Mensa Scolastica del Comune di BOSA : AUTUNNO/INVERNO

	1^ settimana	2^ settimana	3^ settimana	4^ settimana	5^ settimana
lunedì	Risotto allo zafferano (10)	Pasta al sugo (2)	Pasta in bianco o con verdure (1)	Passato di verdure e legumi(15)	Minestra in brodo vegetale (13)
	Frittata con verdure (23) o uovo	Filetto di merluzzo panato (27)	rotolo di frittata con zucchine e prosciutto cotto (26)	Frittata con patate (23)	Pesce al forno (28)
	Insalata di verdure crude	Insalata	Verdure cotte		Patate
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
martedì	Gnocchetti sardi al sugo (2)	Minestra in brodo di carne (14)	Fregola al sugo (2)	Pasta con ricotta (6)	Pasta al sugo (2)
	Fettine di carne bovina in umido (17)	Bollito di carne (19)	Fettine in verde (17)	Bocconcini di carne bovina in umido (17)	Polpette in umido (18)
	Insalata di verdure crude	Patate lesse	insalata	Insalata di verdure crude	Insalata
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
mercoledì	Pasta al tonno (3)	Pasta in bianco o con verdure (1)	Gnocchi di patate al sugo (8)	Pasta al sugo (2)	Risotto alla parmigiana (11)
	Filetto di merluzzo panato (27)	Formaggio dolce (22)	Pesce al forno o in umido (28)	Merluzzo panato al forno (27)	Frittata al pomodoro (25)
	Insalata di verdure crude	Insalata	Insalata di verdure crude	Verdure cotte	Verdure cotte
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
giovedì	Minestra in brodo vegetale (13)	Ravioli di ricotta al sugo (7)	Minestra in brodo vegetale (13)	Pizza (4)	Pasta con ragù (2)
	Pollo arrosto (17)	Arrosto di maiale (17)	Pollo arrosto (17)	Prosciutto cotto (21)	Formaggio dolce o casizzolu (22)
	Patate	Insalata di verdure crude	Patate lesse o in verde	Insalata di verdure crude	Insalata di verdure
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane tradizionale
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
venerdì	Pasta al sugo (2)	Risotto alla Parmigiana (11)	Risotto al sugo (9)	Risotto con verdure (10) o zafferano (10)	Pasta in bianco (1)
	Formaggio Dolce (22)	Pesce al forno o in umido (28)	Formaggio dolce (22)	Cotoletta di pollo (20)	Fettine alla pizzaiola (17)
	Verdure cotte	Insalata di verdure crude	Insalata di verdure crude	Verdure di stagione	Insalata
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta

I numeri a fianco ai piatti fanno riferimento al ricettario di seguito.

Menù COMUNE Mensa Scolastica del Comune di BOSA: Menù PRIMAVERA/ESTATE

	1^ settimana	2^ settimana	3^ settimana	4^ settimana	5^ settimana
lunedì	Pasta in bianco (1)	Passato di verdure e legumi(15)	Pasta al sugo (2)	Minestra in brodo vegetale (13)	Pasta al sugo (2)
	Polpette al forno (18)	Formaggio dolce (22)	Filetti di merluzzo panati (27)	Frittata con patate (23)	Frittata al pomodoro (25)
	Insalata di verdure crude	patate	Insalata di verdure crude		Verdure cotte
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	frutta	frutta	frutta	frutta
martedì	Pasta al sugo (2)	Risotto allo zafferano (10)	Pasta in bianco (1)	Pasta con ricotta (6) o al ragù (2)	Risotto allo zafferano (10)
	Formaggio Dolce o mozzarella (22)	Pollo alla griglia o in umido o tacchino (17)	Pollo in umido (17)	Bocconcini di bovino in umido (17)	Fettine alla pizzaiola (17)
	Carote olio e limone	Pomodori e cetrioli	Insalata di verdure crude	Insalata di verdure crude	insalata
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	frutta
mercoledì	Gnocchetti sardi al pomodoro fresco (2)	Pasta al tonno (3)	Risotto alla parmigiana (11)	Pasta al sugo (2)	Minestrone estivo con orzo (13)
	Fettine di bovino in umido (17)	Pesce al forno o in umido (28)	Mozzarella (22)	Filetto di merluzzo panato (27)	Pesce in umido (28)
	Insalata	Insalata	Insalata di verdure fresche	Verdure o ortaggi di stagione	Patate lesse o in verde
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
giovedì	Risotto con verdure (10)	Pasta al pesto (1)	Minestra in brodo vegetale (13)	Pizza (4)	Pasta con verdure o in bianco (1)
	Frittata al forno (24)	rotolo di frittata con zucchine e prosciutto cotto (26)	Filetto di merluzzo panato (27)	Prosciutto cotto (21)	Casizzolu (22)
	Insalata	Insalata di verdure crude	Patate in verde	Insalata	Insalata di verdure
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane tradizionale
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
venerdì	Pasta al sugo (2) o al pesto(1)	Ravioli di ricotta al sugo (7)	Fregola al pomodoro (2)	Risotto al sugo (9)	Pasta in bianco (1)
	Filetti di merluzzo panati (27)	Arrosto di maiale (17)	Cotoletta di maiale (20)	Pollo arrosto o in umido (17)	Fettine in umido (17)
	Insalata di pomodori	Insalata mista	Insalata verde	Insalata	Verdure cotte
	Pane	Pane tradizionale	Pane tradizionale	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta

I numeri a fianco ai piatti fanno riferimento al ricettario di seguito.