

MENU' Mensa Scolastica del Comune di NORBELLO: AUTUNNO/INVERNO

	1^ settimana	2^ settimana	3^ settimana	4^ settimana	5^ settimana
lunedì	Pasta in bianco (1)	Risotto allo zafferano (10)	Minestra in brodo di carne (14)	Risotto alla parmigiana (11)	Gnocchetti al sugo (2)
	Filetto di merluzzo panato o in umido (27)	Formaggio dolce (22)	Pollo arrosto o in umido (17)	Frittata con verdure o uovo sodo (23)	Platessa panata o in umido (27)
	Insalata di verdure crude	Verdure cotte	Patate	Insalata di verdure crude	Insalata
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
martedì	Risotto al sugo (9)	Pasta in bianco (1)	Risotto alla parmigiana (11)	Pasta in bianco (1)	Risotto allo zafferano (10)
	Frittata con verdure (23) o uovo	Pesce al forno o in umido (28)	Pesce al forno o in umido (28)	Merluzzo panato al forno (27)	Formaggio dolce o casizzolu (22)
	Insalata di verdure crude	Insalata di verdure crude	Verdure cotte	Insalata di verdure crude	Verdure cotte
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
mercoledì	Minestra in brodo vegetale (13)	Tortellini in brodo di carne (14)	Pasta al sugo (2)	Minestra in brodo di carne (14)	Minestra in brodo vegetale (13)
	Pollo arrosto (17)	Pollo arrosto o in umido (17)	Polpette in umido (18)	Fettine di maiale in umido (17)	Spezzatino (17)
	Patate	Purè di patate (29)	Insalata di verdure crude	patate	Insalata di verdure
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
giovedì	Lasagne al sugo (6)	Ravioli di ricotta al sugo (7)	Pizza (4)	Gnocchi di patate al sugo (8)	Pasta al sugo (2)
	Prosciutto cotto (21)	Arrosto di maiale (17)	Prosciutto cotto (21)	Cotoletta di pollo (20)	Pollo arrosto (17)
	Insalata di verdure crude	Insalata di verdure crude	Insalata di verdure crude	Verdure di stagione	Insalata di verdure
	Pane	Pane	budino	Pane	Pane
	budino	budino		budino	budino
venerdì	Polenta al sugo (5)	Minestra di legumi misti (15)	Pasta al sugo (2)	Passato di verdure e legumi con crostini (15)	Crema di lenticchie con crostini (15)
	Fettine ai ferri (17)	Merluzzo panato al forno (27)	Polpette di ricotta e spinaci (25)	Formaggio dolce (22)	Frittata con patate
	Verdure cotte	Insalata di verdure crude	Insalata di verdure crude	verdure cotte	
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta

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

In caso di richiesta di pasti per celiachia e/o altre allergie o intolleranze alimentari si provvederà a proporre menù formulati con alimenti che non contengono la/le sostanze da escludere e la cui preparazione seguirà specifiche linee di produzione e preparazione.

MENU' Mensa Scolastica del Comune di NORBELLO: PRIMAVERA/ESTATE (dal 31 marzo)

	1^ settimana	2^ settimana	3^ settimana	4^ settimana	5^ settimana
lunedì	Pasta al tonno (3)	Pasta al sugo (2)	Pasta in bianco o al pesto (1)	Risotto alla parmigiana (11)	Minestrone estivo con orzo (13)
	Filetti di merluzzo panati (27)	Rotolo di frittata con zucchine e prosciutto cotto (26)	Pollo in umido (17)	Formaggio dolce (22)	Pesce in umido (28)
	Insalata	Pomodori e cetrioli	Insalata di verdure crude	Insalata di verdure crude	Patate lesse o in verde
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	frutta	frutta	frutta	frutta
martedì	Risotto alla parmigiana (11)	Passato di verdure e legumi con crostini (15)	Insalata di riso (12)	Crema di verdure estive con crostini (16)	Risotto allo zafferano (10)
	Frittata al forno (24)	Formaggio dolce (22)	Mozzarella (22)	Frittata con patate (23)	Frittata al pomodoro (25)
	Carote olio e limone	Patate	Insalata di verdure crude		insalata
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	frutta
mercoledì	Pasta al sugo (2)	Risotto allo zafferano (10)	Pasta al sugo (2)	Pasta al sugo (2)	Vellutata di zucchine e carote con crostini (16)
	Formaggio Dolce o mozzarella (22)	Pesce alla livornese (28)	Filetti di merluzzo panati (27)	Filetto di merluzzo panato (27)	Fettine in umido (17)
	Insalata di verdure crude	Insalata	Insalata di verdure fresche	Verdure o ortaggi di stagione	Insalata di verdure
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
giovedì	Gnocchetti sardi al pomodoro fresco (2)	Minestra in brodo vegetale (13)	Pizza (4)	Ravioli di ricotta al sugo (7)	Pasta al sugo (2)
	Fettine di bovino in umido (17)	Pollo alla griglia o in umido o tacchino (17)	Prosciutto cotto (21)	Arrostato di maiale (17)	Hamburger (18)
	patate	Insalata di verdure crude	Insalata verde	Insalata	Verdure cotte
	Pane	Pane		Pane	Pane tradizionale
	Budino o gelato	Budino o gelato	Budino o gelato	Budino o gelato	Budino o gelato
venerdì	Minestra in brodo vegetale (13)	Pasta in bianco (1)	Vellutata di zucchine e carote con crostini (16)	Pasta in bianco (1)	Pasta con verdure (1)
	Polpette al forno (18)	Hamburger (18)	Pesce al forno o in umido (28)	Pollo arrosto o in umido (17)	Formaggio dolce (22)
	Insalata di pomodori	Insalata mista	Patate in verde	Insalata	Verdure cotte
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane

	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
--	--------	--------	--------	--------	--------

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

In caso di richiesta di pasti per celiachia e/o altre allergie o intolleranze alimentari si provvederà a proporre menù formulati con alimenti che non contengono la/le sostanze da escludere e la cui preparazione seguirà specifiche linee di produzione e preparazione.

Tabella delle grammature al netto degli scarti a crudo e Elenco degli Allergeni (allegato 2 del Regolamento UE 1169/2011)

RICETTA	Infanzia	Primaria	Secondaria 1°	ALLERGENI PRESENTI
	Grammi/alunno	Grammi/alunno	Grammi/alunno	
1) Pasta in bianco o con verdure o al pesto				
Pasta	50/60	70/80	80/100	glutine
Se con : verdure (zucchine-melanzane, aromi: cipolla-prezzemolo)	30/40	40/50	40/60	
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	6/7	
Se con : pesto	q.b.	q.b.	q.b.	Latte, frutta a guscio (noci. Anacardi)
Grana Padano DOP	6/7	7/8	8/9	Latte - uova
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
2)Pasta al sugo o al ragù				
Pasta	50/60	70/80	80/100	Glutine
Pomodori pelati	65/90	80/110	90/130	
Se con ragù: macinato misto maiale e bovino	20/25	25/30	30/35	
Carote, sedano, cipolla	10	15	15	Sedano
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	6/7	
Grana Padano DOP	6/7	7/8	8/9	Latte - uova
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
3)Pasta al tonno				
Pasta	50/60	70/80	80/100	Glutine
Tonno	20/25	25/30	30/35	Pesce
Se in rosso: Pomodori pelati	20	30	40	
cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	
Grana Padano DOP	6/7	7/8	8/9	Latte - uova
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	6/7	
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
4) Pizza				
trancio a crudo	90/100	120/130	140/160	Glutine
Pomodori pelati	q.b.	q.b.	q.b.	
Mozzarella	30	30	40	Latte
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	6/7	
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	
5) Polenta al sugo				
Farina di Mais per polenta	50/60	60/80	80/90	
Pomodori pelati	65/90	80/110	90/130	
Carote, sedano, cipolla	10	15	15	Sedano
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	6/7	
Grana Padano DOP	6/7	7/8	8/9	Latte - uova
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
6) Lasagne al sugo con ragù di carne				
Pasta all'uovo	50	60	70	Glutine - Uova
Pomodori pelati	50	60	70	
Formaggio fresco	10	20	30	Latte
Farina per besciamella	q.b.	q.b.	q.b.	Glutine
Latte per besciamella	q.b.	q.b.	q.b.	Latte
Burro per besciamella	q.b.	q.b.	q.b.	Latte
Aromi (cipolla, basilico, carota, sedano)	q.b.	q.b.	q.b.	Sedano
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	6/7	
Grana Padano DOP	8	10	12	Latte-uova
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
7) Ravioli di ricotta				
Ravioli ripieni con ricotta e spinaci	120	140	160	Glutine- latte-uova
Pomodori pelati	65/90	80/110	90/130	
Carote, sedano, cipolla	10	15	15	sedano
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	6/7	
Grana Padano DOP	6/7	7/8	8/9	Latte - uova
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
RICETTA	Infanzia	Primaria	Secondaria	ALLERGENI

			1°	
	Grammi/alunno	Grammi/alunno	Grammi/alunno	PRESENTI
8) Gnocchi di patate al sugo				
Gnocchi di patate	120	140	160	glutine
Pomodori pelati	65/90	80/110	90/130	
Carote, sedano, cipolla	10	15	15	sedano
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	6/7	
Grana Padano DOP	6/7	7/8	8/9	Latte - uova
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
9) Risotto al sugo				
Riso	50/60	70/80	80/100	
Pomodori pelati	65/90	80/110	90/130	
Grana Padano DOP	6/7	7/8	8/9	Latte - uova
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	6/7	
Aromi: basilico	q.b.	q.b.	q.b.	
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
10) Risotto allo zafferano o con verdure				
Riso	50/60	70/80	80/100	
Grana Padano DOP	6/7	7/8	8/9	Latte - uova
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	6/7	
Se con: Zafferano	q.b.	q.b.	q.b.	
Se con : verdure (zucchine)	50	60	70	
Brodo vegetale (cipolla, sedano, carota, pomodoro, prezzemolo, basilico)	q.b.	q.b.	q.b.	sedano
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
11) Risotto alla parmigiana				
Riso	50/60	70/80	80/100	
Grana Padano DOP	6/7	7/8	8/9	Latte - uova
Burro	5	5	10	latte
Olio extra vergine di oliva	4	5	5	
Cipolla	4/5	5/6	6/7	
Brodo vegetale (cipolla, sedano, carota, pomodoro, prezzemolo, basilico)	q.b.	q.b.	q.b.	sedano
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
12) Insalata di riso				
Riso	50/60	70/80	80/100	
Verdure (pomodori, mais, carote, piselli e verdure di stagione)	30	35	40	
tomodori	30	35	40	
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	6/7	
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
13) Minestra in brodo vegetale				
Pasta	25/30	35/40	40/50	glutine
Brodo vegetale (cipolla, sedano, carota, pomodoro, prezzemolo, basilico, patate) e orzo	30	35	45	sedano
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	6/7	
Sale marino iodato e aromi	q.b.	q.b.	q.b.	
14) Minestra in brodo di carne				
Se Pasta (fregola)	25/30	35/40	40/50	Glutine
Se Tortellini di carne	30/40	50	60	Glutine- latte- uova
Carne di manzo e pollo	60	80	120	
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	6/7	
Brodo vegetale (cipolla, sedano, carota, pomodoro, prezzemolo, basilico, patate)	30	35	40	sedano
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
15) Passato di verdure e legumi				
Pasta o fregola o crostini	20/25	25/30	35/40	glutine
Verdure miste e legumi	150	200	250	sedano
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	6/7	
Aromi (cipolla, prezzemolo, basilico)	q.b.	q.b.	q.b.	
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
RICETTA	Infanzia	Primaria	Secondaria	ALLERGENI

			1°	PRESENTI
	Grammi/alunno	Grammi/alunno	Grammi/alunno	
16) Crema o vellutata di verdure				
Zucchine o carote o zucca	140	170	160	
Patate	10	30	40	
Cipolla, prezzemolo o basilico	4/5	5/6	6/7	
Olio extra vergine di oliva	3	4	5	
Sale marino iodato e aromi	q.b.	q.b.	q.b.	
Crostini	20/25	25/30	35/40	glutine
17) Carne arrosto, in umido o alla pizzaiola o in verde				
Carne di pollo/suino/bovino/tacchino	50/60	60/70	70/80	
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	6/7	
Se alla pizzaiola: pomodori pelati	20	25	30	
Sale marino iodato e aromi (rosmarino, salvia, prezzemolo, cipolla, aglio)	q.b.	q.b.	q.b.	
18) Polpette al sugo o al forno - hamburger				
Carne macinata di vitello	50/60	60/70	70/80	
Uova cat. A	¼ di 1	½ di 1	½ di 1	Uova
se al sugo Pomodori pelati	20	25	30	
Pane grattugiato	q.b.	q.b.	q.b.	glutine
Olio extra vergine di oliva	q.b.	q.b.	q.b.	
Grana Padano DOP	6/7	7/8	8/9	Latte - uova
Sale marino iodato e aromi (prezzemolo, cipolla, aglio)	q.b.	q.b.	q.b.	
19) Carne lessa				
Carne di manzo e/o pollo	50/60	60/70	70/80	
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	6/7	
Sale marino iodato e aromi (prezzemolo, cipolla, carota, sedano, pomodoro)	q.b.	q.b.	q.b.	sedano
20) Cotoletta				
Carne di pollo	50/60	60/70	70/80	
Uova	q.b.	q.b.	q.b.	uova
Pane grattugiato	30	30	30	glutine
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	6/7	
Sale marino iodato e aromi	q.b.	q.b.	q.b.	
21) Prosciutto cotto				
Prosciutto cotto di coscia suina senza polifosfati o conservanti, senza glutine e lattosio	25/30	30/35	35/40	
22) Formaggio (tipici, locali o a filiera corta)				
Formaggio Dolce Stella – formaggio dolce Macomer- casizzolu	50/60	60/70	80/100	latte
Mozzarella	40/50	70/80	80	latte
23) Frittata con verdure o patate				
Uova	n.1	n.1	n.1	uova
Se con verdure: bietole o spinaci	70	90	110	
Se con : patate	100	140	160	
Latte	q.b.	q.b.	q.b.	Latte
farina	q.b.	q.b.	q.b.	glutine
Grana Padano DOP	6/7	7/8	8/9	Latte - uova
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
23) Uovo sodo				
Uova	n.1	n.1	n.1	uova
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
24) frittata al forno				
Uova	n.1	n.1	n.1	uova
Latte	q.b.	q.b.	q.b.	Latte
farina	q.b.	q.b.	q.b.	glutine
Grana Padano DOP	6/7	7/8	8/9	Latte - uova
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
25) polpette di ricotta e spinaci				
Ricotta	30	40	50	latte
Uova	q.b.	q.b.	q.b.	uova
Pane grattugiato	q.b.	q.b.	q.b.	glutine
Spinaci	20	20	30	
Aromi (prezzemolo, basilico)	q.b.	q.b.	q.b.	
Grana Padano DOP	6/7	7/8	8/9	Latte - uova

Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
RICETTA	Infanzia	Primaria	Secondaria 1°	ALLERGENI PRESENTI
	Grammi/alunno	Grammi/alunno	Grammi/alunno	
26) Rotolo di frittata con zucchine e prosciutto cotto				
Uova	40	60	70	uova
Aromi (prezzemolo, basilico, cipolla)	q.b.	q.b.	q.b.	
Grana Padano DOP	6/7	7/8	8/9	Latte - uova
zucchine	30	40	50	
Prosciutto cotto senza polifosfati o conservanti, senza glutine e lattosio	20	30	40	
27) Filetti di pesce impanato al forno				
Merluzzo, Platessa, nasello	60/70	80/100	100/150	Pesce
Pane grattugiato	q.b.	q.b.	q.b.	Glutine
Uova	q.b.	q.b.	q.b.	Uova
Olio extra vergine d'oliva	4/5	5/6	6/7	
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
28) Pesce al forno o in umido				
Merluzzo, Platessa, nasello	60/70	80/100	100/150	pesce
Se con : pomodori	30	40	50	
Aglio, prezzemolo, aromi	q.b.	q.b.	q.b.	
Olio extra vergine d'oliva	4/5	5/6	6/7	
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
Pesce alla livornese				
Merluzzo, Platessa, nasello	60/70	80/100	100/150	pesce
aglio e prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	
Olio extra vergine d'oliva	4/5	5/6	6/7	
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
Pesce alla parmigiana				
Filetto di Merluzzo, Platessa, nasello	60/70	80/100	100/150	pesce
Olio extra vergine d'oliva	4/5	5/6	6/7	
Grana padano DOP	6/7	7/8	8/9	Latte - uova
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
29) Purè di patate				
Preparato per purè	70	90	110	Solfiti (50mg/Kg)
Latte	30	40	50	Latte
Burro	6	7	8	Latte
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
Verdure da fare cotte				
Bietole, spinaci, fagiolini, carote, piselli. Di stagione o surgelate	100	150/200	200/250	
patate	100	120	180/200	
Olio extra vergine d'oliva	4/5	5/6	6/7	
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
Verdure crude				
Insalata verde, coppettone, lattuga	40	50	60	
pomodori, carote, finocchi, cetrioli	100	150/200	200/250	

Olio extra vergine d'oliva	4/5	5/6	6/7	
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
Pane	40	50	60	glutine
Frutta: Mele, Arance, Pere, Banane, Mandaranci, Mandarini, Melone, Anguria	150	150/200	200	