

Allegato alla Determinazione n. ___ del ___ 2019

MENU' MENSA SCOLASTICA PRIMAVERA ESTATE A.S. 2019/2020
Scuola Primaria di Mores

	Prima Settimana	Seconda Settimana	Terza Settimana	Quarta Settimana	Quinta settimana
Lunedì	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta al pomodoro e basilico • Filetti di Platessa impanata al forno • Carote a fiammifero con succo di limone • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta al pesto • Polpette al forno • Insalata verde • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta con pomodoro • formaggio tenero tipo dolce sardo • Verdura cruda mista di stagione • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Riso con le zucchine • Vitello alla pizzaiola • Insalata verde • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta con pomodoro • Petto di pollo agli aromi • Verdura cruda mista di stagione • Pane • Frutta di stagione
Martedì	<ul style="list-style-type: none"> • Passato di legumi con riso • Formaggio tenero • Fagiolini al vapore • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta col tonno • Caprese • Insalata verde • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Passato di verdure di stagione o Brodo vegetale • Hamburger • Carote julienne • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Passato di verdure di stagione o Brodo vegetale • Caprese • Verdura cruda mista di stagione e pomodori • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta alle zucchine • Bastoncini di pesce al forno • Verdure di stagione • Pane • Frutta di stagione
Mercoledì	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta con pomodoro e basilico • Cosce di pollo arrosto • verdure fresche • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Velutata di carote o zucchine • Cotoletta di pollo al forno • Verdure fresche di stagione • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Risotto con zafferano • Frittata di verdure al forno • Fagiolini all'olio • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Riso all'ortolana • Merluzzo gratinato al forno • Bietoline all'olio • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Minestrone estivo • straccetti di vitello in umido • Carote julienne • Pane • Frutta di stagione
Giovedì	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta in brodo vegetale • Vitello alla pizzaiola • patate al forno • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta al pomodoro e basilico • Uovo • Verdura di stagione • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Minestrone estivo • Pollo arrosto • Patate arrosto • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Frutta di stagione • Pizza Margherita • Prosciutto cotto o crudo • insalata di lattuga o altra verdura cruda di stagione • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta con olio e parmigiano • Merluzzo al pomodoro • Verdura di stagione • Pane • Frutta di stagione
Venerdì	<ul style="list-style-type: none"> • Risotto alla parmigiana • Uovo • verdure di stagione • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta olio e parmigiano • Bastoncini di merluzzo • Bietoline all'olio • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta al Pomodoro • Polpette di pesce al forno • Verdura cruda di stagione • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Lasagne al forno • Polpette di pesce • Verdura cruda mista di stagione con pomodori • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Passato di verdura con crostini • Caprese • Verdura cruda mista di stagione • Pane • Frutta di stagione

Dietista del S.I.A.N.
(Servizio Igiene Alimentare e Nutrizione)
Dott. ssa Marija Grazia Milia
Maria Grazia Milia



23/09/2019

Allegato alla Determinazione n. ___ del ___ 2019

MENU' MENSA SCOLASTICA AUTUNNO INVERNO A.S. 2019/2020

Scuola Primaria di Mores

	Prima Settimana	Seconda Settimana	Terza Settimana	Quarta Settimana	Quinta settimana
Lunedì	<ul style="list-style-type: none"> • Riso al pomodoro • Fette di vitello impanate • Carote a fiammifero con succo di limone • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Riso ai carciofi o altre verdure di stagione • Pollo arrosto • Verdura di stagione • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Riso allo zafferano • Cotoleta di pollo al forno • Fagiolini all'olio • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Gnocchetti sardi alla campidanese • Fette di pollo agli aromi • Insalata di finocchi o altra verdura di stagione • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta in brodo di carne • Boccoccini di pollo in umido • Verdure di stagione • Pane • Frutta di stagione
Martedì	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta al forno alle verdure di stagione • Bastoncini di pesce al forno • Fagiolini al vapore • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta al pomodoro • Polpette di vitellone al forno • Verdura cruda mista di stagione • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pizza Margherita • Prosciutto cotto o crudo • Insalata di lattuga o altra verdura cruda di stagione • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta al Pomodoro • Merluzzo gratinato al forno • Verdure di stagione • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Malloredus con ragu di carne • Formaggio molle dolce • Verdure di stagione • Pane • Frutta di stagione
Mercoledì	<ul style="list-style-type: none"> • Brodo vegetale • Formaggio tipo grana o parmigiano • Patate • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Minestra di lenticchie • Uovo • Patate • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Passato di verdure • Formaggio tenero tipo dolce sardo o ricotta di vacca • Patate • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Minestrina in brodo vegetale • Uovo • Patate • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Minestrone di verdura con legumi • Prosciutto cotto o crudo • Crocchette di patate • Pane • Frutta di stagione
Giovedì	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta al Pomodoro • Uovo • Verdura cruda di stagione • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta con ricotta • Spezzatino di vitellone in umido • Verdura cruda di stagione • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta con pomodoro • Uovo in camicia o sodo • Piselli in umido • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Riso alla parmigiana o alle carote • Fette di vitellone alla pizzaiola • Verdure di stagione • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Riso con spinaci o verdure di stagione • Omelette con formaggio dolce • Carote Julienne • Pane • Frutta di stagione
Venerdì	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta olio e parmigiano • Polpette di pesce al forno • Verdura di stagione • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta olio e parmigiano • Bastoncini di merluzzo • Bietoline all'olio • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Lasagne • Polpette di pesce al forno • Verdura cruda di stagione • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Gnocchetti sardi al pomodoro • Bastoncini di merluzzo • Verdure di stagione • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta al pomodoro • Platessa al forno • Verdure di stagione • Pane • Frutta di stagione

Dietista del S.I.A.N.
(Servizio Igienico Alimentare e Nutrizionale)

Dott. ssa Maria Grazia Milia
Maria Grazia Milia

13/08/2019