

Menù Mensa Scuola Infanzia del Comune di ZEDDIANI: AUTUNNO/INVERNO

	1 [^] settimana	2 [^] settimana	3 [^] settimana	4 [^] settimana	5 [^] settimana
lunedì	Gnocchetti sardi al sugo (2)	Risotto alla parmigiana (11)	Chicche di patate al sugo (2)	Pasta al sugo (2)	Pasta con ragù (4)
	Filetto di merluzzo panato (24)	Filetto di merluzzo panato (24)	Frittata con zucchine e formaggio (22)	Frittata al forno con formaggio (22) o uovo (21)	Formaggio dolce o mozzarella o ricotta o casizolu (20)
	Insalata mista di stagione	Verdura cotta	Insalata mista di stagione	Verdure cotte	Verdura cotta
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
martedì	Pasta con olio e formaggio (1)	Pasta con olio e formaggio (1)	Minestra in brodo vegetale (12)	Vellutata di verdure di stagione e crostini (14)	Minestra in brodo vegetale (12)
	Polpettine di pollo e spinaci (26)	Bocconcini di pollo impanati al forno (18)	Hamburger (16)	Bocconcini di carne bovina (15)	Polpette in umido (16)
	Insalata verde	Insalata verde	Insalata verde	patate	Patate
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
mercoledì	Risotto allo zafferano (8)	Ravioli di ricotta e spinaci al sugo (2)	Pasta al sugo (2)	Pizza margherita (6)	Pasta al pesto (1)
	Prosciutto cotto (19)	Formaggio dolce (20)	Platessa al forno con limone (25)	Prosciutto cotto (19)	Platessa alla mugnaia (25)
	Insalata mista di stagione	Insalata mista di stagione	Verdura cotta	Insalata verde	Insalata mista di stagione
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
giovedì	Minestra in brodo vegetale (12)	Minestra in brodo di carne (13)	Minestra in brodo di pollo (13)	Risotto al sugo (9)	Vellutata di verdure di stagione e crostini (14)
	Straccetti di carne bovina in umido (15)	Bollito di carne (17)	Pollo arrosto (15)	Cotoletta di pollo (16)	Arista di maiale (15)
	patate	patate	Patate	Insalata mista di stagione	Insalata mista di stagione
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
venerdì	Polenta al sugo (5) o Pasta al sugo (2)	Pasta al sugo (2)	Risotto allo zafferano (8)	Pasta con olio e formaggio (1)	Risotto alla parmigiana (11)
	Formaggio dolce o mozzarella o ricotta o casizolu (20)	Sformatino di legumi e verdure di stagione (23)	Mozzarella (20)	Filetto di merluzzo panato (24)	Frittata al forno (22) o uovo (21)
	Verdura cotta	Insalata mista di stagione	Insalata mista di stagione	Insalata mista di stagione	Insalata verde
	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

Aggiornamento del 10.10.2024

Menù Mensa Scuola Infanzia del Comune di ZEDDIANI: PRIMAVERA/ESTATE

	1ª settimana	2ª settimana	3ª settimana	4ª settimana	5ª settimana
lunedì	Pasta in bianco (1) o con tonno (3)	Pasta al sugo (2) o con tonno (3)	Minestra in brodo vegetale (12)	Risotto allo zafferano (8)	Ravioli di ricotta e spinaci al sugo (2)
	Filetto di merluzzo panato (24)	Platessa panata al forno (24)	Platessa alla mugnaia (25)	Uovo (21) o frittata (22)	Formaggio dolce (20)
	Insalata di pomodori	Pomodori e cetrioli	Patate	Insalata mista di stagione	Insalata mista di stagione
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
martedì	Pasta al pomodoro fresco e basilico (2)	Vellutata di verdure di stagione con crostini (14)	Pasta al sugo (2)	Pasta con ragù (4)	Minestra in brodo vegetale (12)
	Hamburger (17)	Arista al forno (15)	Polpette in umido (16)	Bocconcini di pollo impanati al forno (18)	Polpettine di pollo e spinaci (26)
	Carote olio e limone	patate	Insalata mista di stagione	Insalata verde	Patate
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
mercoledì	Risotto alla parmigiana (11)	Risotto allo zafferano (8)	Riso olio e formaggio (7)	Pizza margherita (6)	Pasta al pomodoro fresco e basilico (2)
	Prosciutto cotto (19)	Formaggio dolce o casizolu (20)	Frittata con verdure e formaggio (22) o Uovo (21)	Prosciutto cotto (19)	Filetto di merluzzo panato (24)
	Insalata mista di stagione	Insalata mista di stagione	Pomodori e cetrioli	Insalata mista di stagione	Verdure cotte
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
giovedì	Minestra in brodo vegetale (12)	Fregola al pomodoro fresco e basilico (2)	Pasta al pomodoro fresco e basilico (2)	Vellutata di zucchine e carote e pastina (14)	Pasta olio e formaggio (1)
	Cotoletta di pollo impanata (16)	Pollo arrosto (15)	Straccetti di pollo in umido (15)	Fettine di bovino in umido (15)	Fettine alla pizzaiola (15)
	patate	Verdura cotta	Insalata verde	patate	Insalata verde
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
venerdì	Gnocchetti sardi al pomodoro (2)	Pasta olio e formaggio (1)	Pasta al pesto (1)	Pasta al sugo (2)	Risotto al sugo (9)
	mozzarella o ricotta (20)	Sformatino di legumi e verdure di stagione (23)	mozzarella (20)	Platessa panata al forno (24)	Frittata con verdure (22)
	Insalata verde	Insalata verde	Insalata mista di stagione	Insalata di pomodori e cetrioli	Insalata mista di stagione
	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

Aggiornamento del 10.10.2024



Menù Mensa Scuola Infanzia del Comune di ZEDDIANI: AUTUNNO/INVERNO

	1ª settimana	2ª settimana	3ª settimana	4ª settimana	5ª settimana
lunedì	Gnocchetti sardi al sugo (2) Filetto di merluzzo panato (24) Insalata mista di stagione Pane Frutta	Pasta con olio e formaggio (1) Bocconcini di pollo impanati al forno (18) Insalata mista di stagione Pane Frutta	Chicche di patate al sugo (2) Frittata con zucchine e formaggio (22) Insalata mista di stagione Pane Frutta	Pasta al sugo (2) Frittata al forno con formaggio (22) o uovo (21) Verdure cotte Pane Frutta	Pasta con ragù (4) Formaggio dolce o mozzarella o ricotta o casizolu (20) Verdura cotta Pane Frutta
martedì	Pasta con olio e formaggio (1) Polpettine di pollo e spinaci (27) Insalata verde Pane Frutta	Ravioli di ricotta e spinaci al sugo (2) Formaggio dolce (20) Insalata mista di stagione Pane Frutta	Minestra in brodo vegetale (12) Hamburger (16) Insalata verde Pane Frutta	Vellutata di verdure di stagione e legumi con crostini (14) Bocconcini di carne bovina (15) patate Pane Frutta	Minestra in brodo vegetale (12) Polpette in umido (16) Patate Pane Frutta
mercoledì	Risotto allo zafferano (8) Prosciutto cotto (19) Insalata mista di stagione Pane Frutta	Risotto alla parmigiana (11) Filetto di merluzzo panato (24) Verdura cotta Pane Frutta	Pasta al sugo (2) Platessa in umido (26) Verdura cotta Pane Frutta	Pizza margherita (6) Prosciutto cotto (19) Insalata verde Pane Frutta	Risotto alla parmigiana (11) Frittata al forno (22) o uovo (21) Insalata verde Pane Frutta
giovedì	Minestra in brodo vegetale (12) Straccetti di carne bovina in umido (15) patate Pane Frutta	Minestra in brodo di carne (13) Bollito di carne (17) patate Pane Frutta	Risotto allo zafferano (8) Mozzarella (20) Insalata mista di stagione Pane Frutta	Risotto al sugo (9) Cotoletta di pollo (18) Insalata mista di stagione Pane Frutta	Pasta al pesto (1) Platessa alla mugnaia (25) Insalata mista di stagione Pane Frutta
venerdì	Polenta al sugo (5) o Pasta al sugo (2) Formaggio dolce o mozzarella o ricotta o casizolu (20) Verdura cotta Pane Frutta	Pasta al sugo (2) Sformatino di legumi e verdure di stagione (23) Insalata verde Pane Frutta	Minestra in brodo di pollo (13) Pollo arrosto (15) Patate Pane Frutta	Pasta con olio e formaggio (1) Filetto di merluzzo panato (24) Insalata mista di stagione Pane Frutta	Vellutata di verdure di stagione con legumi e crostini (14) Arista di maiale (15) Insalata mista di stagione Pane 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 le sostanze da escludere e la cui preparazione seguirà specifiche linee di produzione e preparazione



20/10/2022

11-01-6

**Menù Mensa Scuola Infanzia del Comune di ZEDDIANI: PRIMAVERA/ESTATE**

	1 ^a settimana	2 ^a settimana	3 ^a settimana	4 ^a settimana	5 ^a settimana
lunedì	Pasta in bianco (1) o con tonno (3) Filetto di merluzzo panato (24) Insalata di pomodori Pane Frutta	Risotto allo zafferano (8) Formaggio dolce o casizolu (20) Pomodori e cetrioli Pane Frutta	Minesira in brodo vegetale (12) Platessa alla mugnaja (25) Patate Pane Frutta	Risotto allo zafferano (8) Uovo (21) o frittata (22) Insalata mista di stagione Pane Frutta	Ravioli di ricotta e spinaci al sugo (2) Formaggio dolce (20) Insalata mista di stagione Pane Frutta
martedì	Pasta al pomodoro fresco e basilico (2) Hamburger (17) Carote olio e limone Pane Frutta	Vellutata di verdure di stagione con legumi e crostini (14) Arista al forno (15) patate Pane Frutta	Pasta al sugo (2) Polpette in umido (16) Insalata mista di stagione Pane Frutta	Pasta con ragù (4) Bocconcini di pollo impanati al forno (18) Insalata verde Pane Frutta	Minestra in brodo vegetale (12) Polpettine di pollo e spinaci (24) Patate Pane Frutta
mercoledì	Risotto alla parmigiana (11) Prosciutto cotto (19) Insalata mista di stagione Pane Frutta	Pasta al sugo (2) o con tonno (3) Platessa panata al forno (24) Insalata mista di stagione Pane Frutta	Insalata di riso (10) o Riso olio e formaggio (7) mozzarella (20) Pomodori e cetrioli Pane Frutta	Pizza margherita (6) Prosciutto cotto (19) Insalata mista di stagione Pane Frutta	Risotto al sugo (9) Frittata con verdure (22) Insalata mista di stagione Pane Frutta
giovedì	Gnocchetti sardi al pomodoro (2) mozzarella o ricotta (20) Insalata verde Pane Frutta	Pasta olio e formaggio (1) Sformatino di legumi e verdure di stagione (23) Insalata verde Pane Frutta	Chicche di patate al pesto (1) Frittata con verdure e formaggio (22) o Uovo (21) Insalata verde Pane Frutta	Vellutata di zucchine e carote e legumi con pasta (14) Fettine di bovino in umido (15) patate Pane Frutta	Pasta al pomodoro fresco e basilico (2) Filetto di merluzzo panato (24) Verdure cotte Pane Frutta
venerdì	Minestra in brodo vegetale (12) Cotoletta di pollo impanata (18) patate Pane Frutta	Fregola al pomodoro fresco e basilico (2) Pollo arrosto (15) Verdura cotta Pane Frutta	Pasta al pomodoro fresco e basilico (2) Straccotti di pollo in umido (15) Insalata mista di stagione Pane Frutta	Pasta al sugo (2) Platessa panata al forno (24) Insalata di pomodori e cetrioli Pane Frutta	Pasta olio e formaggio (1) Fettine alla pizzaiola (15) Insalata verde Pane 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 le sostanze da escludere e la cui preparazione seguirà specifiche linee di produzione e preparazione

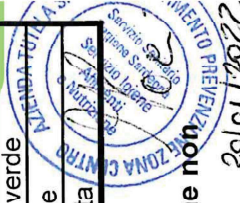


Tabella delle grammature al netto degli scarti a crudo e Elenco degli Allergeni
 (allegato 2 del Regolamento UE 1169/2011)

RICETTA	Infanzia		ALLERGENI PRESENTI
	Grammi/persona	Grammi/persona	
1) Pasta olio e formaggio – Chicche di patate al pesto – Pasta al pesto			
Se : Pasta	50/60		<i>glutine</i>
Se: Chicche di patate	120		<i>glutine</i>
Se con il pesto	q.b.		<i>Latte, frutta a guscio (noci, anacardi)</i>
Olio extra vergine di oliva	4/5		
Grana Padano DOP	6/7		<i>Latte - uova</i>
Sale marino iodato	q.b.		
2) Pasta al sugo- Chicche di patate al sugo – Ravioli di ricotta e spinaci al sugo			
Se : Pasta	50/60		<i>Glutine</i>
Se: Chicche di patate	120		<i>glutine</i>
Se: Ravioli di ricotta e spinaci	120		<i>Glutine, Latte, Uova</i>
Pomodori pelati	65/90		
Carote, sedano, cipolla	10		<i>Sedano</i>
Olio extra vergine di oliva	4/5		
Grana Padano DOP	6/7		<i>Latte - uova</i>
Sale marino iodato	q.b.		
3) Pasta al tonno			
Pasta	50/60		<i>Glutine</i>
Tonno	20/25		<i>pesce</i>
Se in rosso: Pomodori pelati	20		
cipolla	q.b.		
Grana Padano DOP	6/7		<i>Latte - uova</i>
Olio extra vergine di oliva	4/5		
Sale marino iodato	q.b.		
4) Pasta con ragù			
Pasta	50/60		<i>Glutine</i>
Pomodori pelati	65/90		
Se con ragù : macinato misto di bovino e suino	20/25		
Olio extra vergine di oliva	4/5		
Carote, sedano, cipolla	10		<i>Sedano</i>
Grana Padano DOP	6/7		<i>Latte - uova</i>
Sale marino iodato	q.b.		
5) Polenta al sugo			
Polenta (farina di mais)	50/60		
Pomodori pelati	65/90		
Carote, sedano, cipolla	10		<i>Sedano</i>
Olio extra vergine di oliva	4/5		
Grana Padano DOP	6/7		<i>Latte - uova</i>
Sale marino iodato	q.b.		
6) Pizza			
trancio a crudo	50/60		<i>Glutine</i>
Pomodori pelati	q.b.		
Mozzarella	30		<i>Latte</i>
Olio extra vergine di oliva	4/5		
Sale	q.b.		
7) Riso olio e formaggio			
Riso	50/60		
Grana Padano DOP	6/7		<i>Latte - uova</i>
Olio extra vergine di oliva	4/5		
Sale marino iodato	q.b.		
8) Risotto allo zafferano			
Riso	50/60		
Grana Padano DOP	6/7		<i>Latte - uova</i>
Olio extra vergine di oliva	4/5		
Se con: Zafferano	q.b.		
Brodo vegetale (cipolla, sedano, carota, pomodoro, prezzemolo, basilico)	q.b.		<i>sedano</i>

Sale marino iodato	q.b.		
RICETTA		Infanzia	ALLERGENI PRESENTI
	Grammi/persona	Grammi/persona	
9) Risotto al sugo			
Riso	50/60		
Pomodori pelati	65/90		
Grana Padano DOP	6/7		Latte - uova
Olio extra vergine di oliva	4/5		
Aromi: basilico	q.b.		
Sale marino iodato	q.b.		
10) Insalata di riso			
Riso	50/60		
Verdure(mais, carote, piselli, e verdure di stagione)	30		
Pomodori	30		
Olio extra vergine di oliva	4/5		
Sale marino iodato	q.b.		
11) Risotto alla parmigiana			
Riso	50/60		
Grana Padano DOP	6/7		Latte - uova
Burro	5		latte
Olio extra vergine di oliva	4		
Cipolla	4/5		
Brodo vegetale (cipolla, sedano, carota, pomodoro, prezzemolo, basilico)	q.b.		sedano
Sale marino iodato	q.b.		
12) Minestra in brodo vegetale			
Pasta	25/30		glutine
Brodo vegetale (cipolla, sedano, carota, pomodoro, prezzemolo, basilico, patate)	30		sedano
Olio extra vergine di oliva	4/5		
Sale marino iodato e aromi	q.b.		
13) Minestra in brodo di carne			
Pasta (pastina o fregola)	25/30		Glutine
Carne di manzo e pollo	60		
Olio extra vergine di oliva	4/5		
Brodo vegetale (cipolla, sedano, carota, pomodoro, prezzemolo, basilico, patate)	30		sedano
Sale marino iodato	q.b.		
14) Crema o vellutata di verdure e LEGUMI CON PASTINA			
Pastina o crostini	25/30		glutine
Zucchine o carote o zucca	140		
Patate	10		* LEGUMI 25/30 gr
Cipolla, prezzemolo o basilico	4/5		
Olio extra vergine di oliva	3		
Sale marino iodato e aromi	q.b.		
15) Carne arrosto, in umido o alla pizzaiola			
Carne di pollo/arista/manzo/vitello	50/60		
Olio extra vergine di oliva	4/5		
Se con pomodoro: pomodori pelati	20		
Aromi (rosmarino, salvia, prezzemolo, cipolla, aglio, timo, limone)	q.b.		
Sale marino iodato	q.b.		
16) Polpette al sugo o al forno – hamburger			
Carne macinata di vitello	50/60		
Uova cat. A	¼ di 1		Uova
se al sugo Pomodori pelati	20		
prezzemolo, cipolla, aglio, aromi	q.b.		
Pane grattugiato (per polpette)	q.b.		glutine
Olio extra vergine di oliva	q.b.		
Grana Padano DOP (per polpette)	6/7		Latte - uova
Sale marino iodato	q.b.		

RICETTA	Infanzia		ALLERGENI PRESENTI
	Grammi/persona	Grammi/persona	
17) Carne lessa			
Carne di manzo e/o pollo	50/60		
Olio extra vergine di oliva	4/5		
Sale marino iodato e aromi (prezzemolo, cipolla, carota, sedano, pomodoro)	q.b.		sedano
18) Cotoletta o bocconcini di pollo impanati			
Carne di pollo (fettina o a cubetti)	50/60		
Uova	q.b.		uova
Pane grattugiato	30		glutine
Olio extra vergine di oliva	4/5		
Sale marino iodato e aromi	q.b.		
19) Prosciutto cotto			
Prosciutto cotto di coscia suina senza polifosfati o conservanti, senza glutine e lattosio	25/30		
20) Formaggio (tipici, locali o a filiera corta)			
Formaggio dolce sardo- casizolu	50/60		latte
Mozzarella – ricotta	40/50		latte
21) Uovo sodo o strapazzato o all'occhio di bue			
Uovo	n.1		Uova
Sale marino iodato	q.b.		
22) Frittata al forno – Frittata con formaggio – Frittata con verdure			
Uova	40		uova
Se : con formaggio dolce	30		Latte
Se : con verdure (zucchine, bietole, spinaci)	50		
Latte	q.b.		Latte
farina	q.b.		glutine
Grana Padano DOP	6/7		Latte - uova
Sale marino iodato	q.b.		
23) Sformatino di legumi e verdure di stagione			
Legumi (ceci o fagioli cannellini)	50/60		
Verdure di stagione (zucchine, carote, bietole)	30		
Patate	20		
Uova	q.b.		uova
Grana Padano DOP	6/7		Latte - uova
Sale marino iodato	q.b.		
24) Filetti di pesce impanato al forno			
Merluzzo, Platessa, nasello	60/70		Pesce
Pane grattugiato	q.b.		glutine
uovo	q.b.		uova
Olio extra vergine d'oliva	4/5		
Sale marino iodato	q.b.		
25) Platessa alla mugnaia			
platessa	60/70		pesce
Burro	10		latte

Grana Padano DOP	6/7		Latte - uova
Sale marino iodato	q.b.		
26) Pesce in umido			
Merluzzo, Platessa, orata, spigola	60/70		pesce
Olio extra vergine di oliva	4/5		
Aromi (pomodori, rosmarino, salvia, prezzemolo, cipolla, aglio, timo, limone)	q.b.		
Sale marino iodato	q.b.		
26) Polpettine di pollo e spinaci			
Carne di pollo	50/60		
Patate	10		
Spinaci	20		
uova	¼ di 1		uova
Latte	q.b.		latte
Cipolla, prezzemolo, aromi	q.b.		
Grana padano	6/7		Latte - uova
Sale marino iodato	q.b.		
Verdure da fare cotte			
Bietole, spinaci, fagiolini, carote, zucchine, zucca, broccoli, cavolfiore. Di stagione o surgelate	100		
patate	100/120		
Olio extra vergine d'oliva	4/5		
Sale marino iodato	q.b.		
Verdure crude			
Insalata verde, coppettone, lattuga	40		
tomodori, carote, finocchi, mais, cetrioli	100		
Olio extra vergine d'oliva	4/5		
Sale marino iodato	q.b.		
Pane			
Pane	40		glutine
Frutta			
Mele, Arance, Pere, Banane, Mandaranci, Mandarini, Melone, Anguria	150		



22/01/2022