



Menù estivo standard Scuole di Pomezia 2021/22					
	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1° settimana	Pasta al pesto	Orzo pomodoro e basilico	Risotto integrale con zucchine	Pasta fredda	Pasta alla pizzaola*
	Straccetti di pollo	Frittata con zucchine*	Bocconcini di tacchino	Medaglioni di halibut	Formaggio Spalmabile
	Fagiolini al limone	Bieta all'olio*	Carote all'olio	Spinaci all'olio*	Insalata verde
	Pane e frutta di stagione (mela*) Dessert: Trancetto all'albicocca	Pane e frutta di stagione (albicocche)	Pane e frutta di stagione (banana***)	Pane e frutta di stagione (prugne)	Pane e frutta di stagione (pera)
2° settimana	Pasta con zucchine bianca*	Pasta al tonno	Riso e piselli	Pasta pomodoro e basilico*	Insalata di farro
	Frittata semplice*	Hamburger di bovino	Arista di maiale	Polpette di merluzzo	Robiola
	Finocchi all'olio	Bieta ripassata*	Zucchine trifolate	Fagiolini al pomodoro*	Carote julienne
	Pane e frutta di stagione (mela*) Dessert: Dessert al Caramello	Pane e frutta di stagione (banana***)	Pane e frutta di stagione (pera)	Pane e frutta di stagione (pesca)	Pane e frutta di stagione (prugne)
3° settimana	Pasta rosa	Cous cous con verdure	Pasta al tonno	Pizza crostino	Pasta pomodoro e basilico*
	Frittata con prosciutto cotto	Coscio di pollo arrosto	Formaggio Asiago**	Insalata di pomodori	Filetti di platessa gratinati
	Zucchine all'olio*	Spinaci all'agro	Insalata mista	Carote all'olio*	Fagiolini all'olio*
	Pane e frutta di stagione (mela*) Dessert: Gelato	Pane e frutta di stagione (prugne)	Pane e frutta di stagione (pera)	Pane e frutta di stagione (banana***)	Pane e frutta di stagione (albicocche)
4° settimana	Pasta al pesto	Pasta al ragù di carne bianca	Pasta integrale con zucchine rosè	Insalata di orzo	Pasta al ragù di carne
	Frittata con patate*	Filetti di nasello pomodoro e olive	Scaloppina di pollo	Stracchino	Insalata di cannellini
	Fagiolini al pomodoro*	Spinaci all'olio*	Bieta all'olio*	Insalata verde	Zucchine trifolate*
	Pane e frutta di stagione (mela*) Dessert: Budino al cioccolato	Pane e frutta di stagione (pesca)	Pane e frutta di stagione (prugne)	Pane e frutta di stagione (pera)	Pane e frutta di stagione (banana)
5° settimana	Pasta al tonno	Riso olio e parmigiano	Pizza margherita	Frittata di pasta	Insalata di farro
	Formaggio spalmabile	Arista di maiale	Arista di maiale	Insalata verde	Prosciutto cotto
	Patate prezzemolate	Spinaci all'olio*	Spinaci all'olio*	Bieta all'olio*	Carote julienne
	Pane e frutta di stagione (mela*) Dessert: Trancetto al cioccolato	Pane e frutta di stagione (albicocche)	Pane e frutta di stagione (banana***)	Pane e frutta di stagione (pera)	Pane e frutta di stagione (pesca)

PIETANZA COMPLETAMENTE PREPARATA CON PRODOTTI BIOLOGICI
ASIAGO-MONTASIO-FONTAL FORMAGGI CON DENOMINAZIONE DI ORIGINE PROTETTA (DOP)
MELA 100% BIOLOGICA
PANE PREPARATO CON FARINE 100% BIOLOGICHE
BANANA EQUOSOLIDALE AL 100%
IL 100% DEL LATTE UTILIZZATO IN TUTTE LE RICETTE E' BIOLOGICO
IL 100% DELL'OLIO UTILIZZATO NELLE PREPARAZIONI E NEI CONDIMENTI DEI PIATTI E' EXTRA VERGINE DI OLIVA ED IL 50% E' BIOLOGICO
IL 100% DELLA POLPA DI POMODORO UTILIZZATA IN TUTTE LE PREPARAZIONI E' BIOLOGICA
IL PROSCIUTTO COTTO UTILIZZATO NON CONTIENE LATTOSIO E POLIFOSFATI ED E' INTERAMENTE NO GLUTINE