



**MENU' INVERNALE SCUOLE INFANZIA, PRIMARIE,SECONDARIE 1° grado COMUNE DI COMO 2024/2025 PRIVO DI CARNE**

	1^ SETTIMANA	2^ SETTIMANA	3^ SETTIMANA	4^ SETTIMANA
<b>LUNEDÌ</b>	Pasta al Pesto Provolone Carote julienne Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Pizza  Insalata verde Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Pasta integrale in salsa aurora Frittata al parmigiano Insalata verde Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Crema di ceci con pasta Ricotta 1/2 porzione Cavolfiori all'olio* Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio
<b>MARTEDÌ</b>	Passato di verdure* con orzo <b>Hamburger vegetale</b> Patate al forno* Frutta fresca Pane integrale	Crema di ceci con farro Mozzarella 1/2 porzione Carote julienne Frutta fresca Pane integrale	Pasta tricolore all'olio e parmigiano <b>Hamburger vegetale</b> Tris di verdure all'olio* Frutta fresca Pane integrale	Polenta <b>Bruscit di pesce</b> Carote al vapore* Frutta fresca Pane integrale
<b>MERCOLEDÌ</b>	Crema di lenticchie con crostini Spalmabile Fagiolini all'olio* Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Pasta al sugo vegetale ( verdure*) <b>Frittata con verdure</b> Erbette all'olio* Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Risotto allo zafferano Hamburger di merluzzo (merluzzo*) Insalata mista Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Risotto alla parmigiana Frittata al forno Insalata verde Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio
<b>GIOVEDÌ</b>	Risotto allo zafferano Frittata ai porri Carote al vapore* Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	<b>Crespelle ricotta e spinaci</b>  Broccoli gratinati* Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Focaccia <b>Spalmabile</b> Carote julienne Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Pasta integrale ai formaggi Merluzzo gratinato* Fagiolini all'olio* Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio
<b>VENERDÌ</b>	Gnocchi* al pomodoro Tortino di merluzzo ( merluzzo*) Insalata verde e cavolo cappuccio Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Pasta all'olio e parmigiano Merluzzo gratinato* Finocchi in insalata Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Crema di lenticchie con ditalini Formaggio latteria 1/2 porzione Spinaci gratinati* Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio	Crema di verdura* con crostini Mozzarella Insalata mista Frutta fresca Pane a basso tenore di sodio

\* prodotto gelo

al fine di garantire le esigenze etico dietetiche il menù potrebbe subire variazioni

in vigore dal 04/11/2024