



Il frutto migliore... al vostro servizio!

CLIENTE: **COMUNE DI COMO**
Settimana dal: **07/10/2024** al: **13/10/2024**

| | N. | Primo piatto | N. | Secondo piatto | N. | Contorno | N. | Pane | N. | Formaggio Grattugiato | N. | Dessert |
|------------------|----|------------------------------|----|------------------------|----|----------------------|----|------------------------------------|----|-------------------------------|----|----------------------|
| Lunedì | 1 | PASTA. ALL'OLIO | 1 | MOZZARELLA | 1 | POMODORI IN INSALATA | 1 | PANE A BASSO CONTENUTO DI SODIO | 1 | PARMIGIANO GRATTUGIATO DOP | 1 | FRUTTA FRESCA |
| Martedì | 1 | PIZZA MARGHERITA | 1 | | 1 | SPINACI ALL'OLIO | 1 | PANE INTEGRALE | 1 | | 1 | BUDINO AL CIOCCOLATO |
| Mercoledì | 1 | PASSATO DI LEGUMI CON FARRO | 1 | FRITTATA AL PARMIGIANO | 1 | PATATE AL FORNO | 1 | PANE A BASSO CONTENUTO DI SODIO | 1 | PARMIGIANO GRATTUGIATO DOP | 1 | FRUTTA FRESCA |
| Giovedì | 1 | PASTA AGLI AROMI | 1 | FUSI DI POLLO AL FORNO | 1 | INSALATA MISTA | 1 | PANE A BASSO CONTENUTO DI SODIO | 1 | PARMIGIANO GRATTUGIATO DOP | 1 | FRUTTA FRESCA |
| Venerdì | 1 | PASTA AL POMODORO E BASILICO | 1 | TORTINO DI MERLUZZO | 1 | FINOCCHI ALL'OLIO | 1 | PANE A BASSO CONTENUTO DI SODIO | 1 | PARMIGIANO GRATTUGIATO DOP | 1 | FRUTTA FRESCA |

Legenda: 🌿 = Ricetta vegetariana, 🌱 = Ricetta vegana, 🐷 = Contiene carne di maiale, 🆕 = Novità

| Ingredienti delle ricette | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Lunedì | Martedì | Mercoledì | Giovedì | Venerdì |
| PASTA. ALL'OLIO : Pasta di semola di grano duro bio [Senape, Soia] , Olio di oliva extravergine bio, Sale. MOZZARELLA : Mozzarella [Latte] . POMODORI IN INSALATA : Pomodori, Olio di oliva extravergine, Sale. FRUTTA FRESCA : Frutta fresca mista di stagione. PANE A BASSO CONTENUTO DI SODIO : Pane iposodico [Cereali contenenti glutine] . PARMIGIANO GRATTUGIATO DOP : Parmigiano Reggiano DOP [Latte] . | PIZZA MARGHERITA : Pizza margherita (Base: farina di GRANO tipo "00" proveniente da macinazione nazionale, acqua, sale, lievito. Conserva di pomodoro: aggiunta di sale e origano. Mozzarella (contiene LATTE) [Cereali contenenti glutine, Latte] . SPINACI ALL'OLIO : Spinaci surgelati, Olio di oliva extravergine, Sale. BUDINO AL CIOCCOLATO : Budino al cioccolato (Ingredienti: LATTE scremato, siero di LATTE, sciroppo di glucosio-fruttosio, zucchero, PANNA, amido modificato di mais, cioccolato 1,2% (zucchero, burro di cacao, cacao in polvere), cacao magro in polvere 1,2%, addensante (carragenina), aroma.) [Latte] . PANE INTEGRALE : Pane integrale (Ingredienti: farina di GRANO tenero integrale 60%, acqua, farina di GRANO tenero tipo "0" 40%, lievito, sale. Può contenere tracce di SOIA, LATTE, SESAMO.) [Cereali contenenti glutine] . | PASSATO DI LEGUMI CON FARRO : PASSATO DI LEGUMI (Lenticchie secche [Cereali contenenti glutine, Sesamo, Frutta a guscio, Senape, Soia] , Patate, Olio di oliva extravergine, Carote, Cipolle, Sedano , Sale), FARRO PER MINESTRE (Farro [Sesamo, Frutta a guscio, Senape, Soia] , Olio di oliva extravergine, Sale). FRITTATA AL PARMIGIANO : Misto uovo pastorizzato , Latte di vacca intero , Parmigiano bio [Latte] , Olio di oliva extravergine, Sale. PATATE AL FORNO : Patate, Olio di oliva extravergine, Rosmarino, Salvia, Sale. FRUTTA FRESCA : Frutta fresca mista di stagione. PANE A BASSO CONTENUTO DI SODIO : Pane iposodico [Cereali contenenti glutine] . PARMIGIANO GRATTUGIATO DOP : Parmigiano Reggiano DOP [Latte] . | PASTA AGLI AROMI : PASTA. ALL'OLIO (Pasta di semola di grano duro bio [Senape, Soia] , Olio di oliva extravergine bio, Sale), OLIO AGLI AROMI (Olio di oliva extravergine, Erbe aromatiche). FUSI DI POLLO AL FORNO : Pollo fusello, Olio di oliva extravergine, Sale, Erbe aromatiche. INSALATA MISTA : Insalata verde, Carote, Olio di oliva extravergine, Sale. FRUTTA FRESCA : Frutta fresca mista di stagione. PANE A BASSO CONTENUTO DI SODIO : Pane iposodico [Cereali contenenti glutine] . PARMIGIANO GRATTUGIATO DOP : Parmigiano Reggiano DOP [Latte] . | PASTA AL POMODORO E BASILICO : PASTA. ALL'OLIO (Pasta di semola di grano duro bio [Senape, Soia] , Olio di oliva extravergine bio, Sale), SUGO AL POMODORO E BASILICO (Pomodoro passata, Olio di oliva extravergine, Carote, Cipolle, Sedano , Basilico surgelato, Sale). TORTINO DI MERLUZZO : Cuori di merluzzo surgelato FAO 27-37 [Pesce] , Patate surgelate, Misto uovo pastorizzato , Olio di oliva extravergine, Parmigiano Reggiano DOP [Latte] , Sale. FINOCCHI ALL'OLIO : Finocchio surgelato, Olio di oliva extravergine, Sale. FRUTTA FRESCA : Frutta fresca mista di stagione. PANE A BASSO CONTENUTO DI SODIO : Pane iposodico [Cereali contenenti glutine] . PARMIGIANO GRATTUGIATO DOP : Parmigiano Reggiano DOP [Latte] . |

Note:
* = PIATTO SURGELATO, ** = PIATTO CONGELATO. IL PASTO E' COMPRENSIVO DI PANE. PANE COMUNE ingredienti: FARINA DI GRANO TENERO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE. PUO' CONTENERE TRACCE DI SESAMO E LATTE. MODALITA' DI CONSERVAZIONE: I PIATTI CALDI DEVONO ESSERE MANTENUTI FINO AL MOMENTO DEL CONSUMO NEGLI APPOSITI SCALDAVIVANDE. I PIATTI FREDDI VANNO RIPOSTI NEI FRIGORIFERI O MANTENUTI NEGLI APPOSITI CONTENITORI TERMICI CHIUSI. I PASTI VANNO CONSUMATI IN LOCO ENTRO LE ORE 14:00 DEL GIORNO STESSO. RICORDIAMO CHE I MENU' DEVONO ESSERE OBBLIGATORIAMENTE APPESI IN SALA MENSA. GLI INGREDIENTI EVIDENZIATI IN GRASSETTO POSSONO PROVOCARE ALLERGIE O INTOLLERANZE. LA PREPARAZIONE DEI PASTI AVVIENE IN UN CENTRO COTTURA DOVE VENGONO LAVORATE MATERIE PRIME CONTENENTI CEREALI, LATTE E DERIVATI, UOVA, SOIA, PESCE, CROSTACEI, MOLLUSCHI, ARACHIDI, SOIA, SEDANO, SESAMO, FRUTTA A GUSCIO E SENAPE.