



Il frutto migliore... al vostro servizio!

CLIENTE: **COMUNE DI COMO**
Settimana dal: **30/09/2024** al: **06/10/2024**

	N.	Primo piatto	N.	Secondo piatto	N.	Contorno	N.	Pane	N.	Formaggio Grattugiato	N.	Dessert
Lunedì	1	PASTA CON ZUCCHINE	1	PROSCIUTTO COTTO	1	INSALATA VERDE	1	PANE A BASSO CONTENUTO DI SODIO	1	PARMIGIANO GRATTUGIATO DOP	1	FRUTTA FRESCA
Martedì	1	RISOTTO ALLA PARMIGIANA.	1	FRITTATA CON VERDURE	1	SPINACI ALL'OLIO	1	PANE INTEGRALE	1	PARMIGIANO GRATTUGIATO DOP	1	YOGURT ALLA FRUTTA
Mercoledì	1	PASTA AL PESTO	1	SCALOPPINE DI POLLO AL LIMONE	1	CAROTE ALL'OLIO	1	PANE A BASSO CONTENUTO DI SODIO	1	PARMIGIANO GRATTUGIATO DOP	1	FRUTTA FRESCA
Giovedì	1	PASSATO DI VERDURE CON PASTA	1	MERLUZZO ALLA LIVORNESE	1	PATATE AL FORNO	1	PANE A BASSO CONTENUTO DI SODIO	1	PARMIGIANO GRATTUGIATO DOP	1	FRUTTA FRESCA
Venerdì	1	PASTA AL POMODORO E BESCIAPELLA INTEGRALE	1	FORMAGGIO ROBIOLA	1	FAGIOLINI 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 CON ZUCCHINE : PASTA. ALL'OLIO (Pasta di semola di grano duro bio [Senape, Soia] , Olio di oliva extravergine bio, Sale), SUGO ALLE ZUCCHINE (Zucchine surgelate, Olio di oliva extravergine, Carote bio, Cipolle bio, Sedano bio , Sale).	RISOTTO ALLA PARMIGIANA. : Riso parboiled, Olio di oliva extravergine, Parmigiano Reggiano DOP [Latte] , Cipolle. FRITTATA CON VERDURE : Misto uovo pastorizzato , Latte di vacca intero , Spinaci surgelati, Parmigiano bio [Latte] , Olio di oliva extravergine, Sale.	PASTA AL PESTO : PASTA. ALL'OLIO (Pasta di semola di grano duro bio [Senape, Soia] , Olio di oliva extravergine bio, Sale), SUGO AL PESTO (Pesto alla genovese pronto [Latte, Uova, Frutta a guscio]). SCALOPPINE DI POLLO AL LIMONE : Pollo petto, Olio di oliva extravergine, Farina di frumento tipo 00 , Succo di limone, Rosmarino, Erbe aromatiche, Sale.	PASSATO DI VERDURE CON PASTA : PASSATO DI VERDURE (Minestrone verdure gelo (Ingredienti: patate, carote, pomodori, cavolfiori, SEDANO rapa, fagiolini, porri, zucchine, piselli, fagiolotti, cipolle, broccoli, peperoni.) , Olio di oliva extravergine, Sale), DITALINI ALL'OLIO PER MINESTRE (Ditalini di semola di grano duro [Senape, Soia] , Olio di oliva extravergine, Sale).	PASTA AL POMODORO E BESCIAPELLA INTEGRALE : PASTA ALL'OLIO INTEGRALE (Pasta di semola integrale [Cereali contenenti glutine, Senape, Soia] , Olio di oliva extravergine, Sale), SUGO AL POMODORO E BESCIAPELLA (Latte di vacca intero , Pomodoro passata, Olio di oliva extravergine, Farina di frumento tipo 00 bio , Soffritto misto gelo [Sedano] , Sale).
PROSCIUTTO COTTO : Prosciutto cotto italiano.	SPINACI ALL'OLIO : Spinaci surgelati, Olio di oliva extravergine, Sale.	CAROTE ALL'OLIO : Carote surgelate, Olio di oliva extravergine, Sale.	MERLUZZO ALLA LIVORNESE : Cuori di merluzzo surgelato FAO 27-37 [Pesce] , Olive nere, Pomodoro passata, Olio di oliva extravergine bio, Origano secco, Sale.	FORMAGGIO ROBIOLA : Robiola bio [Latte] .
INSALATA VERDE : Insalata verde, Olio di oliva extravergine, Sale.	YOGURT ALLA FRUTTA : Yogurt di latte intero alla frutta .	FRUTTA FRESCA : Frutta fresca mista di stagione.	PATATE AL FORNO : Patate, Olio di oliva extravergine, Rosmarino, Salvia, Sale.	FAGIOLINI ALL'OLIO : Fagiolini surgelati, Olio di oliva extravergine, Sale.
FRUTTA FRESCA : Frutta fresca mista di stagione.	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] .	PANE A BASSO CONTENUTO DI SODIO : Pane iposodico [Cereali contenenti glutine] .	FRUTTA FRESCA : Frutta fresca mista di stagione.	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] .	PARMIGIANO GRATTUGIATO DOP : Parmigiano Reggiano DOP [Latte] .	PANE A BASSO CONTENUTO DI SODIO : Pane iposodico [Cereali contenenti glutine] .	PANE A BASSO CONTENUTO DI SODIO : Pane iposodico [Cereali contenenti glutine] .
	PARMIGIANO GRATTUGIATO DOP : Parmigiano Reggiano DOP [Latte] .		PARMIGIANO GRATTUGIATO DOP : Parmigiano Reggiano DOP [Latte] .	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.