REGIONE CALABRIA
AZIENDA SANITARIA PROVINCIALE – CATANZARO
UNITÀ OPERATIVA IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE

IL MENÙ DELLA REFEZIONE SCOLASTICA 04 PU CHI 2015

1^Settimana	2^ Settimana	3^Settimana	4^ Settimana
Lunedì *	**Lunedì**	**Lunedì**	**Lunedì**
Pane	Pane	Pane	Pane
Frutta fresca	Succo di frutta	Frutta fresca/macedonia	Frutta fresca
Lasagna	Risotto agli spinaci	Pasta al pomodoro	Riso e piselli
❖ mozzarella /fontina/provola silana /crescenza/ricotta oppure verdure gratinate	Polpette al sugo	❖Frittata al forno/ Prosciutto cotto	Scaloppina di tacchino
Insalata verde	Bieta saltata	Insalata di pomodori	Zucchine al tegame
Martedì	**Martedì ***	**Martedì**	**Martedì ***
Pane	Pane	Pane	Pane
Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Succo di frutta
Pasta al pomodoro	Pasta e fagioli	Passato di verdura con pasta	Timballo di pasta
Pollo al forno	Prosciutto cotto oppure verdure gratinate	Vitello al forno	❖fontina/provola silana /mozzarella /crescenza/ricotta
Insalata di patate	Insalata di lattuga e carote	Purè di patate	Carote stufate
Mercoledì	**Mercoledì**	**Mercoledì ***	**Mercoledì**
Pane	Pane	Pane	Pane
Succo di frutta	Banana	Banana	Frutta fresca
Pasta e lenticchie	Pasta al pomodoro	Lasagne al forno	Minestrone di verdure con pasta
Tortino uova e zucchine oppure verdure gratinate	Cotoletta di pollo al forno	Bocconcini di parmigiano oppure verdure gratinate	Polpettine al forno
Insalata di carote	Fagiolini	Insalata di carote	spinaci
Giovedì	**Giovedì**	**Giovedì**	**Giovedì**
Pane	Pane	Pane	Pane
Banana	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
Pasta e carciofi	Pasta e patate	Pasta e lenticchie	Pasta e legumi misti
Bastoncini di merluzzo	Merluzzo gratinato	Coscia di pollo al forno	Arista al forno oppure verdure gratinate
Fagiolini	Zucchine trifolate	Insalata verde	Insalata mista
Venerdì	**Venerdì**	**Venerdì**	**Venerdi**
Pane	Pane	Pane	Pane
Frutta fresca	Frutta fresca	Yogurt alla frutta	Banana
Minestra di verdure con pasta	Pizza margherita	Pasta al pomodoro	Pasta al pomodoro
Arista al forno	❖ mozzarella /fontina/provola silana /crescenza/ricotta	Merluzzo in umido	Bastoncini di merluzzo
Insalata mista	Carote insalata	Spinaci	Insalata di carote

* Opzione Piatto Unico, buone scelte nel salvadanaio della salute

❖ È possibile variare assecondando il gradimento