

Menu autunno/inverno

Scuola dell'Infanzia – Comune di Lignano Sabbiadoro



SETTIMANA

Lunedì

Martedì

Mercoledì

Giovedì

Venerdì

1

Spuntino: Frutta fresca di stagione
CREMA DI LEGUMI CON CROSTINI
FORMAGGIO
VERDURA COTTA
PANE E FRUTTA FRESCA
 Merenda: Yogurt e frutta a pezzi

Spuntino: Frutta fresca di stagione
PASTA ALL'OLIO
SEPIE IN UMIDO
VERDURA CRUDA
PANE E FRUTTA FRESCA
 Merenda: Pane all'olio evo

Spuntino: Frutta fresca di stagione
RISO PORRI E PATATE
SPEZZATINO DI MANZO
VERDURA COTTA
PANE E FRUTTA FRESCA
 Merenda: Fette biscottate e miele

Spuntino: Frutta fresca di stagione
PASSATO DI VERDURE CON PASTINA
CARNE MACINATA CON POLENTA
VERDURA CRUDA
PANE E FRUTTA FRESCA
 Merenda: Latte e cereali

Spuntino: Frutta fresca di stagione
PASTA AL POMODORO
UOVA STRAPAZZATE
VERDURA CRUDA
PANE E FRUTTA FRESCA
 Merenda: Pane e marmellata

2

Spuntino: Frutta fresca di stagione
RISO ALLA PARMIGIANA
PROSCIUTTO COTTO
VERDURA COTTA
PANE E FRUTTA FRESCA
 Merenda: Infuso e torta margherita

Spuntino: Frutta fresca di stagione
LASAGNE AL RAGU' DI MANZO
VERDURA CRUDA
PANE E FRUTTA FRESCA
 Merenda: Yogurt e frutta a pezzi

Spuntino: Frutta fresca di stagione
CREMA DI FAGIOLI CON CROSTINI
FORMAGGIO
VERDURA COTTA
PANE E FRUTTA FRESCA
 Merenda: Pane e biscotti secchi

Spuntino: Frutta fresca di stagione
PASTA ALL'OLIO
OMELETTE
VERDURA COTTA
PANE E FRUTTA FRESCA
 Merenda: pane e marmellata

Spuntino: Frutta fresca di stagione
CREMA DI VERDURE CON PASTINA
FILETTI DI PESCE AL FORNO CON PURE'
VERDURA CRUDA
PANE E FRUTTA FRESCA
 Merenda: Latte e fette biscottate

3

Spuntino: Frutta fresca di stagione
VELLUTATA DI CAROTE
PIZZA MARGHERITA
VERDURA CRUDA
PANE E FRUTTA FRESCA
 Merenda: torta allo yogurt

Spuntino: Frutta fresca di stagione
BRODO VEGETALE CON PASTINA
BOCCONCINI DI MANZO CON PATATE AL FORNO
VERDURA CRUDA
PANE E FRUTTA FRESCA
 Merenda: Yogurt e frutta a pezzi

Spuntino: Frutta fresca di stagione
CREMA DI LEGUMI CON ORZO
FRITTATA
VERDURA COTTA
PANE E FRUTTA FRESCA
 Merenda: Mele cotte

Spuntino: Frutta fresca di stagione
RISO CON ORTAGGI DI STAGIONE
SCALOPPINA DI POLLO
VERDURA COTTA
PANE E FRUTTA FRESCA
 Merenda: Fette biscottate e marmellata

Spuntino: Frutta fresca di stagione
PASTA AL POMODORO
PESCE AL FORNO
VERDURA CRUDA
PANE E FRUTTA FRESCA
 Merenda: Latte e cereali

4

Spuntino: Frutta fresca di stagione
CREMA DI LEGUMI
FORMAGGIO GRANA
VERDURA COTTA
PANE E FRUTTA FRESCA
 Merenda: Torta alle mele

Spuntino: Frutta fresca di stagione
PASTA ALLE VERDURE
SPEZZATINO DI CARNE BIANCA
VERDURA CRUDA
PANE E FRUTTA FRESCA
 Merenda: Yogurt e frutta a pezzi

Spuntino: Frutta fresca di stagione
PASTA AL POMODORO
POLPETTONE DI CARNE ROSSA
VERDURA COTTA
PANE E FRUTTA FRESCA
 Merenda: Latte e biscotti secchi

Spuntino: Frutta fresca di stagione
RISO ALL'OLIO
OMELETTE
VERDURA CRUDA
PANE E FRUTTA FRESCA
 Merenda: Frutta cotta

Spuntino: Frutta fresca di stagione
PASSATO VERDURE CON CROSTINI
HAMBURGER DI PESCE CON PATATE
VERDURA CRUDA
PANE E FRUTTA FRESCA
 Merenda: Pane e miele



Pasta, Riso
 Olio extravergine di oliva
 Passata di pomodoro o pelati
 Uova
 Legumi secchi
 Frutta (una volta a settimana)



Carne di maiale
 Patate
 Succo di mela



Aceto rosso balsamico



Parmigiano Reggiano DOP
 Montasio DOP
 Asiago DOP



Latte fresco alta qualità
 Burro
 Ricotta
 Mozzarella fior di latte
 Carne bovina pezzata rossa friulana



Banane

Menù modificato dalla dr.ssa Dietista Claudia Frane secondo le indicazioni delle Linee Guida per la ristorazione scolastica della Regione FVG – Rev. Del 02.11.14

Aggiornamento del 06/02/2017

Prodotti tradizionali: Formaggio latteria, Mais da polenta, Miele friulano di acacia
 Prodotti agricoli regionali: Mele, Pere, Patate, Medaglioni di trota freschi

Menù autunno - inverno

Scuola dell'Infanzia – Comune di Lignano Sabbiadoro



SETTIMANA

Lunedì

Martedì

Mercoledì

Giovedì

Venerdì

5

Spuntino: Frutta fresca di stagione
GNOCCHETTI SARDI AL POMODORO
PROSCIUTTO COTTO
VERDURA COTTA
PANE E FRUTTA FRESCA
Merenda: Yogurt e frutta a pezzi

Spuntino: Frutta fresca di stagione
GNOCCHI AL RAGU'
VERDURA CRUDA
PANE E FRUTTA FRESCA
Merenda: Latte e cereali

Spuntino: Frutta fresca di stagione
CREMA DI FAGIOLI CON CROSTINI
UOVA STRAPAZZATE
VERDURA COTTA
PANE E FRUTTA FRESCA
Merenda: Pane integrale e marmellata

Spuntino: Frutta fresca di stagione
PASTA OLIO EXTRAVERGINE OLIVA
FORMAGGIO
VERDURA COTTA
PANE E FRUTTA FRESCA
Merenda: Mele cotte

Spuntino: Frutta fresca di stagione
BRODO VEGETALE CON PASTINA
PESCE PANATO AL FORNO E PURE'
VERDURA CRUDA
PANE E FRUTTA FRESCA
Merenda: pane all'olio EVO

6

Spuntino: Frutta fresca di stagione
CREMA DI VERDURE CON CROSTINI
FORMAGGIO
VERDURA CRUDA
PANE E FRUTTA FRESCA
Merenda: Fette biscottate e marmellata

Spuntino: Frutta fresca di stagione
RISO AL POMODORO
STRACCETTI DI POLLO
VERDURA CRUDA
PANE E FRUTTA FRESCA
Merenda: Yogurt e cereali

Spuntino: Frutta fresca di stagione
CREMA DI LEGUMI CON PASTINA
FRITTATA
VERDURA COTTA
PANE E FRUTTA FRESCA
Merenda: Pane all'olio EVO

Spuntino: Frutta fresca di stagione
PASSATO DI VERDURE E PASTINA
ARROSTO DI TACCHINO E PATATE
VERDURA CRUDA
PANE E FRUTTA FRESCA
Merenda: Pane e miele

Spuntino: Frutta fresca di stagione
PASTA ALL'OLIO
FILETTI DI PESCE
VERDURA COTTA
PANE E FRUTTA FRESCA
Merenda: Frutta

7

Spuntino: Frutta fresca di stagione
PASTA ALLE VERDURE
COSCE DI POLLO
VERDURA CRUDA
PANE E FRUTTA FRESCA
Merenda: Latte e cereali

Spuntino: Frutta fresca di stagione
PIZZA MARGHERITA
VERDURA COTTA
VERDURA CRUDA
PANE E FRUTTA FRESCA
Merenda: Infuso e torta margherita

Spuntino: Frutta fresca di stagione
CREMA DI LEGUMI CON PASTINA
OMELETTE ALLE VERDURE
VERDURA COTTA
PANE E FRUTTA FRESCA
Merenda: pane all'olio EVO

Spuntino: Frutta fresca di stagione
RISO AL BURRO
STRACCETTI DI MANZO E POMODORO
VERDURA COTTA
PANE E FRUTTA FRESCA
Merenda: Pane e marmellata

Spuntino: Frutta fresca di stagione
BRODO VEGETALE CON PASTINA
PESCE PIZZAIOLA CON PATATE
VERDURA CRUDA
PANE E FRUTTA FRESCA
Merenda: Yogurt e frutta a pezzi

8

Spuntino: Frutta fresca di stagione
CREMA DI LEGUMI CON CROSTINI
FORMAGGIO
VERDURA COTTA
PANE E FRUTTA FRESCA
Merenda: torta alle mele

Spuntino: Frutta fresca di stagione
PASTA AL POMODORO
PROSCIUTTO COTTO
VERDURA CRUDA
PANE E FRUTTA FRESCA
Merenda: Yogurt e frutta a pezzi

Spuntino: Frutta fresca di stagione
RISO ALLE VERDURE
UOVA STRAPAZZATE
VERDURA CRUDA
PANE E FRUTTA FRESCA
Merenda: Infuso e biscotti secchi

Spuntino: Frutta fresca di stagione
PASTA ALL'OLIO
CUBETTI DI TACCHINO ALLA PIZZAIOLA
VERDURA COTTA
PANE E FRUTTA FRESCA
Merenda: Mela cotta

Spuntino: Frutta fresca di stagione
ZUPPA DI VERDURE
FILETTINI DI MERLUZZO PANATI
PATATE ALL'OLIO E VERDURA
PANE E FRUTTA FRESCA
Merenda: Pane e marmellata



Pasta, Riso
Olio extravergine di oliva
Passata di pomodoro o pelati
Uova
Legumi secchi
Frutta (una volta a settimana)



Carne di maiale
Patate
Succo di mela



Aceto rosso balsamico



Parmigiano Reggiano DOP
Montasio DOP
Asiago DOP



Latte fresco alta qualità
Burro
Ricotta
Mozzarella fior di latte
Carne bovina pezzata rossa friulana



Banane

Menù modificato dalla dr.ssa Dietista Claudia Frane secondo le indicazioni delle Linee Guida per la ristorazione scolastica della Regione FVG – Rev. Del 02.11.14

Aggiornamento del 06/02/2017

Prodotti tradizionali: Formaggio latteria, Mais da polenta, Miele friulano di acacia
Prodotti agricoli regionali: Mele, Pere, Patate, Medaglioni di trota freschi