

TABELLA ESTIVA

PER LA SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO nel Comune di OLGiate MOLGORA
Da Settembre 2024 al 18 Ottobre 2024 e dal 7 Aprile 2025



	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
1° settimana 02/06sett24 07/11ott24 05/09mag25 09/13giu25	Pasta al pesto Filetto di platessa al forno Pomodori Pane Frutta		Gnocchi al pomodoro Latteria e Primo sale Carote julienne Pane Frutta		
2° settimana 09/13sett24 14/18ott24 07/11apr25 12/16mag25 16/20giu25	Pizza margherita Insalata verde Pane Frutta		Pasta allo zafferano Coscia di pollo al forno Verdure di stagione Pane Frutta		
3° settimana 16/20sett24 14/18apr25 19/23mag25 23/27giu25	Pasta al pomodoro Mozzarella alla caprese Pane Frutta		Lasagne al forno Insalata mista Pane Frutta		
4° settimana 23/27sett24 21/25apr25 26/30mag25	Risotto al pomodoro Prosciutto cotto Melone Insalata verde Pane		Pizza margherita Carote julienne Pane Frutta		
5° settimana 30sett/04ott24 28apr/02mag25 02/06giu25	Pasta integrale al sugo di melanzane Tonno Misto verdure al vapore Pane Frutta		Ravioli di magro alla salvia Cotoletta di tacchino Fagiolini Pane Frutta		

 Il pane è a ridotto contenuto di sale e una volta la settimana viene servito pane di tipo integrale. Sia per la preparazione dei piatti che per i condimenti viene utilizzato olio extravergine di oliva e sale iodato

 Nell'arco della settimana viene fornita frutta di stagione di almeno tre tipologie diverse

 La verdura può essere sostituita con altra verdura di stagione (no patate o legumi)

 Pesce certificato MSC

 Menù sostenibile a ridotto impatto ambientale

 L'elenco degli allergeni presenti nel piatto è riportato nel RICETTARIO consultabile sul plesso

TABELLA INVERNALE

PER LA SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO nel Comune di OLGiate MOLGORA

Dal 21 Ottobre 2024 al 4 Aprile 2025



	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
<u>1° settimana</u> 11/15nov24 16/20dic24 20/24gen25 24/28feb25 31mar/04apr25	Pasta al pesto Filetto di platessa al forno Finocchi Pane Frutta		Gnocchi al pomodoro Latteria e Primo sale Carote julienne Pane Frutta		
<u>2° settimana</u> 18/22nov24 23/27dic24 27/31gen25 03/07mar25	Pizza margherita Insalata verde Pane Frutta		Pasta allo zafferano Coscia di pollo al forno Verdure di stagione Pane Frutta		
<u>3° settimana</u> <u>21/25ott24</u> 25/29nov24 30dic/03gen25 03/07feb25 10/14mar25	Pasta al pomodoro Mozzarella e Grana Carote julienne Pane Frutta		Lasagne al forno Verdure al vapore Pane Frutta		
<u>4° settimana</u> 28ott/01nov24 02/06dic24 06/10gen25 10/14feb25 17/21mar25	Risotto al pomodoro Prosciutto cotto Insalata verde Pane Frutta		Pizza margherita Carote julienne Pane Frutta		
<u>5° settimana</u> 04/08nov24 09/13dic24 13/17gen25 17/21feb25 24/28mar25	Ravioli di magro alla salvia Tonno Finocchi Pane Frutta		Polenta Brasato di manzo Fagiolini Pane Frutta		

-  *Il pane è a ridotto contenuto di sale e una volta la settimana viene servito pane di tipo integrale. Sia per la preparazione dei piatti che per i condimenti viene utilizzato olio extravergine di oliva e sale iodato*
-  *Nell'arco della settimana viene fornita frutta di stagione di almeno tre tipologie diverse*
-  *La verdura può essere sostituita con altra verdura di stagione (no patate o legumi)*
-  *Pesce certificato MSC*
-  *Menù sostenibile a ridotto impatto ambientale*
-  *L'elenco degli allergeni presenti nel piatto è riportato nel RICETTARIO consultabile sul plesso*