Scuole Primarie e Scuole Secondarie di I grado – Stresa

Menù autunno - inverno

	1^ settimana	2^ settimana	3^settimana	4^ settimana
Lunedì	Pizza pomodoro e mozzarella ½ porzione di prosciutto crudo/cotto Erbette/Spinaci all'olio Macedonia/Frutta fresca di stagione	Pasta al burro / olio e parmigiano Pesce (^) impanato (al forno) Fagiolini in insalata Macedonia/Frutta fresca di stagione	Pasta integrale con pomodoro e olive Lonza al latte Insalata mista Frutta fresca di stagione	Gnocchi alla romana preparati in sede/ Tortelloni di magro burro e salvia Piselli all'olio / Lenticchie in umido Carote al forno/in insalata Frutta fresca di stagione
Mercoledì	Passato di verdura con crostini Scaloppine di pollo al limone Patate al forno Frutta fresca di stagione	Insalata mista con fagioli cannellini Lasagne con ragù di bovino adulto e besciamella Torta/Budino/Yogurt	Risotto allo zafferano Tacchino impanato (al forno) Finocchi in insalata / gratinati Frutta fresca di stagione	Risotto al pomodoro Lonza arrosto/Scaloppine Cavolfiori/Broccoli gratinati Frutta fresca di stagione
Giovedì	Risotto allo zafferano/parmigiana Frittata semplice/con verdure (al forno) Insalata mista Frutta fresca di stagione	Minestra di riso e prezzemolo Bocconcini di pollo al limone Broccoli/cavolfiori/Zucca e patate al forno/ <u>oppure</u> Patate e verza Frutta fresca di stagione	Pasta al pesto Formaggio (*) Erbette/Spinaci all'olio Macedonia/Frutta fresca di stagione	Pasta all'amatriciana Polpette di pesce (^) al forno Insalata verde Torta/Budino/Yogurt

Il pranzo viene completato con **PANE COMUNE - INTEGRALE**

(*) Tipologie di formaggio: ricotta, mozzarella, formaggio fresco di capra, primosale, robiola, caciotta fresca, toma (tipo Crodo, ecc.), parmigiano reggiano, grana padano, ecc.

(^) Tipologie di pesce: platessa, sogliola, nasello o merluzzo, cernia, orata, trota, ecc.

Insalata mista: insalata verde e rossa, verza, cavoli, carote, finocchi, sedano, barbabietole, mais, ecc

Si raccomanda:

- la diminuzione dell'utilizzo di sale nella preparazione dei pasti
- l'utilizzo esclusivo di sale iodato

A.S.L. VCO
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
DIETISTA Dott.ssa Katia FASOLO

COMUNE DI STRESA - Prot 0018600 del 10/08/2023 Tit VII Cl 1 Fasc
COMUNE DI STRESA - Prot 0015272 del 16/08/2023 Tit VII Cl 1 Fasc

Scuola Primaria di Stresa

Menù autunno - inverno

	1^ settimana	2^ settimana	3^settimana	4^ settimana
Lunedì	Pizza pomodoro e mozzarella ½ porzione di prosciutto crudo/cotto Erbette/Spinaci all'olio Macedonia/Frutta fresca di stagione	Pasta al burro / olio e parmigiano Pesce (^) impanato (al forno) Fagiolini in insalata Macedonia/Frutta fresca di stagione	Pasta integrale con pomodoro e olive Lonza al latte Insalata mista Frutta fresca di stagione	Gnocchi alla romana preparati in sede/ Tortelloni di magro burro e salvia Piselli all'olio / Lenticchie in umido Carote al forno/in insalata Frutta fresca di stagione
Martedì	Pasta integrale al pomodoro Pesce (^) gratinato al forno Finocchi gratinati al forno Frutta fresca di stagione	Risotto con verdure Frittata semplice/con patate (al forno) Finocchi gratinati / in insalata / oppure Erbette/Spinaci all'olio Frutta fresca di stagione	Passato di legumi e verdura con crostini Uova strapazzate/ Frittata con ricotta (al forno) Patate all'olio/al forno Frutta fresca di stagione	Pasta al ragù di verdure/al pomodoro Tacchino arrosto Finocchi gratinati / in insalata Frutta fresca di stagione
Mercoledì	Passato di verdura con crostini Scaloppine di pollo al limone Patate al forno Frutta fresca di stagione	Insalata mista con fagioli cannellini Lasagne con ragù di bovino adulto e besciamella Torta/Budino/Yogurt	Risotto allo zafferano Tacchino impanato (al forno) Finocchi in insalata / gratinati Frutta fresca di stagione	Risotto al pomodoro Lonza arrosto/Scaloppine Cavolfiori/Broccoli gratinati Frutta fresca di stagione
Giovedì	Risotto allo zafferano/parmigiana Frittata semplice/con verdure (al forno) Insalata mista Frutta fresca di stagione	Minestra di riso e prezzemolo Bocconcini di pollo al limone Broccoli/cavolfiori/Zucca e patate al forno/ oppure Patate e verza Frutta fresca di stagione	Pasta al pesto Formaggio (*) Erbette/Spinaci all'olio Macedonia/Frutta fresca di stagione	Pasta all'amatriciana Polpette di pesce (^) al forno Insalata verde Torta/Budino/Yogurt
Venerdì	Pasta e legumi Formaggio (*) *oppure* Gnocchi di patate ai formaggi Polpette di legumi (al forno) Carote cotte all'olio / in insalata Frutta fresca di stagione	Gnocchi di patate al pomodoro Formaggio (*) Carote grattugiate in insalata/cotte Frutta fresca di stagione	Riso olio e parmigiano/ Risotto alla parmigiana Pesce (^) al limone Carote all'olio/al forno Frutta fresca di stagione	Passato di verdura con orzo/riso Formaggio (*) Purè di patate fresche/Patate all'olio Frutta fresca di stagione

I pranzo viene completato con **PANE COMUNE - INTEGRALE**

(*) Tipologie di formaggio: ricotta, mozzarella, formaggio fresco di capra, primosale, robiola, caciotta fresca, toma (tipo Crodo, ecc.), parmigiano reggiano, grana padano, ecc.

(^) Tipologie di pesce: platessa, sogliola, nasello o merluzzo, cernia, orata, trota, ecc.

Insalata mista: insalata verde e rossa, verza, cavoli, carote, finocchi, sedano, barbabietole, mais, ecc

Si raccomanda:

- la diminuzione dell'utilizzo di sale nella preparazione dei pasti
- l'utilizzo esclusivo di sale iodato

A.S.L. VCO
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
DIETISTA Dott.ssa Katia FASOLO

COMUNE DI STRESA - Prot 0018600 del 10/08/2023 Tit VII Cl 1 Fasc
COMUNE DI STRESA - Prot 0015272 del 16/08/2023 Tit VII Cl 1 Fasc

Scuole Primarie e Scuole Secondarie di I grado – Stresa

Menù primavera - estate

	1^ settimana	2^ settimana	3^ settimana	4^ settimana
Lunedì	Crema di pomodoro/zucchine con crostini di pane Bocconcini di tacchino impanati (al forno) + Patate al forno Frutta fresca di stagione	Insalata di riso *(piatto unico)* Piselli e carote all'olio/ Insalata mista con legumi *oppure:* Risotto primavera + Insalata caprese Torta/Gelato/Budino	Lasagne al pesto preparate in sede ½ porzione di formaggio (*) Carote in insalata/all'olio *oppure:* Gnocchi alla romana preparati in sede Piselli+Carote all'olio/Ins. mista+legumi Frutta fresca di stagione	Pizza pomodoro e mozzarella ½ porzione di prosciutto crudo/cotto/bresaola Insalata mista Frutta fresca di stagione (Melone)
Mercoledì	Pasta integrale all'amatriciana Torta di verdure e formaggio Insalata di pomodori Macedonia/Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro/con olio e parmigiano Pollo arrosto Erbette/Spinaci/Coste all'olio Frutta fresca di stagione	Risotto allo zafferano Lonza impanata (al forno) Zucchine in insalata/al forno Frutta fresca di stagione	Risotto alla parmigiana Pesce (^) impanato/gratinato (al forno) Insalata di carote grattugiate/ pomodori Yogurt/Budino/Gelato
Giovedì	Gnocchi di patate al pomodoro Pesce (^) al forno Fagiolini all'olio/in insalata Frutta fresca di stagione	Gnocchi di patate burro e salvia/ Pasta con pomodoro e ricotta Uova sode/strapazzate/Frittata (al forno) Insalata di pomodori/di carote Frutta fresca di stagione	Pasta integrale al pomodoro/ sugo alle olive Uova strapazz./sode/Frittata (al forno) Fagiolini all'olio/in insalata Macedonia/Frutta fresca di stagione	Pasta fredda con verdure/ Pasta al pomodoro Scaloppine di pollo al limone Spinaci/Erbette all'olio Frutta fresca di stagione

Il pranzo viene completato con **PANE COMUNE - INTEGRALE**

(*) Tipologie di formaggio: ricotta, mozzarella, formaggio fresco di capra, primosale, robiola, caciotta fresca, toma (tipo Crodo, ecc.), parmigiano reggiano, grana padano, ecc.

(^) Tipologie di pesce: platessa, sogliola, nasello o merluzzo, cernia, orata, trota, ecc.

Insalata mista: insalata verde, carote, sedano, pomodori, cetrioli, peperoni, zucchine, mais, ecc.

Si raccomanda:

- la diminuzione dell'utilizzo di sale nella preparazione dei pasti
- l'utilizzo esclusivo di sale iodato

A.S.L. VCO
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
DIETISTA Dott.ssa Katia FASOLO

COMUNE DI STRESA - Prot 0018600 del 18/08/2023 Tit VII Cl 1 Fasc
COMUNE DI STRESA - Prot 0015272 del 16/08/2023 Tit VII Cl 1 Fasc

Scuola Primaria di Stresa

Menù primavera - estate

	1^ settimana	2^ settimana	3^ settimana	4^ settimana
Lunedì	Crema di pomodoro/zucchine con crostini di pane Bocconcini di tacchino impanati (al forno) + Patate al forno Frutta fresca di stagione	Insalata di riso *(piatto unico)* Piselli e carote all'olio/ Insalata mista con legumi *oppure:* Risotto primavera + Insalata caprese Torta/Gelato/Budino	Lasagne al pesto preparate in sede ½ porzione di formaggio (*) Carote in insalata/all'olio *oppure:* Gnocchi alla romana preparati in sede Piselli+Carote all'olio/Ins. mista+legumi Frutta fresca di stagione	Pizza pomodoro e mozzarella ½ porzione di prosciutto crudo/cotto/bresaola Insalata mista Frutta fresca di stagione (Melone)
Martedì	Risotto allo zafferano Scaloppine di pollo agli aromi + Zucchine all'olio/trifolate Frutta fresca di stagione	Pasta alle verdure estive Bovino adulto alla pizzaiola/ Polpette/Polpettone Insalata verde/mista Frutta fresca di stagione	Crema di verdura con crostini Tacchino arrosto/al latte/alla pizzaiola Patate al forno/al vapore Frutta fresca di stagione	Pasta con ragù di bovino adulto Legumi all'olio/ Polpette di legumi (al forno) Verdure cotte all'olio/in insalata Frutta fresca di stagione
Mercoledì	Pasta integrale all'amatriciana Torta di verdure e formaggio Insalata di pomodori Macedonia/Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro/con olio e parmigiano Pollo arrosto Erbette/Spinaci/Coste all'olio Frutta fresca di stagione	Risotto allo zafferano Lonza impanata (al forno) Zucchine in insalata/al forno Frutta fresca di stagione	Risotto alla parmigiana Pesce (^) impanato (al forno) Insalata di carote grattugiate/ pomodori Yogurt/Budino/Gelato
Giovedì	Gnocchi di patate al pomodoro Pesce (^) al forno Fagiolini all'olio/in insalata Frutta fresca di stagione	Gnocchi di patate burro e salvia/ Pasta con pomodoro e ricotta Uova sode/strapazzate/Frittata (al forno) Insalata di pomodori/di carote Frutta fresca di stagione	Pasta integrale al pomodoro/ sugo alle olive Uova strapazz./sode/Frittata (al forno) Fagiolini all'olio/in insalata Macedonia/Frutta fresca di stagione	Pasta fredda con verdure/ Pasta al pomodoro Scaloppine di pollo al limone Spinaci/Erbette all'olio Frutta fresca di stagione
Venerdì	Pasta al pesto Polpette di legumi e verdura (al forno) Insalata di carote/mista Frutta fresca di stagione	Minestra di riso e prezzemolo Pesce (^) gratinato/impanato (al forno) Patate e fagiolini all'olio Frutta fresca di stagione	Risotto agli aromi/verdure Polpette di pesce (^) al forno/ Pesce (^) gratinato al forno Insalata di pomodori Frutta fresca di stagione	Minestra di patate e fagiolini con riso/ Crema di patate con riso Uova sode / Formaggio (*) Insalata di pomodori Frutta fresca di stagione

Il pranzo viene completato con **PANE COMUNE - INTEGRALE**

(*) Tipologie di formaggio: ricotta, mozzarella, formaggio fresco di capra, primosale, robiola, caciotta fresca, toma (tipo Crodo, ecc.), parmigiano reggiano, grana padano, ecc.

(^) Tipologie di pesce: platessa, sogliola, nasello o merluzzo, cernia, orata, trota, ecc.

Insalata mista: insalata verde, carote, sedano, pomodori, cetrioli, peperoni, zucchine, mais, ecc.

Si raccomanda:

- la diminuzione dell'utilizzo di sale nella preparazione dei pasti
- l'utilizzo esclusivo di sale iodato

A.S.L. VCO
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
DIETISTA Dott.ssa Katia FASOLO

COMUNE DI STRESA - Prot 0018600 del 18/08/2023 Tit VII Cl 1 Fasc
COMUNE DI STRESA - Prot 0015272 del 16/08/2023 Tit VII Cl 1 Fasc