

Scuola dell'Infanzia di Soprazocco – Comune di Gavardo

**Menù Invernale Vegetariano**

(ottobre - marzo)

| <b>Prima settimana</b> | Lunedì                          | Martedì                               | Mercoledì                    | Giovedì          | Venerdì   |
|------------------------|---------------------------------|---------------------------------------|------------------------------|------------------|---|
| Primo piatto           | Pasta al pesto <b>3</b>         | Riso in brodo vegetale                | Pasta pomodoro e basilico    | Pizza margherita | Vellutata di patate e carote con farro <b>4</b> |
| Secondo piatto         | Uovo all'occhio di bue <b>1</b> | Crocchette di piselli carote e legumi | Polpette di verdure <b>4</b> |                  | Formaggi misti <b>2</b>                         |
| Contorno               | Fagiolini al vapore             | Spinaci saltati                       | Carote julienne              | Insalata verde   | Cavolo cappuccio                                |
| merenda                | Frutta Fresca                   | Frutta Fresca                         | Frutta fresca                | Frutta fresca    | Frutta fresca                                   |

| <b>Seconda Settimana</b> | Lunedì                       | Martedì                              | Mercoledì                   | Giovedì                        | Venerdì          |
|--------------------------|------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------|--------------------------------|------------------|
| Primo piatto             | Risotto al pomodoro <b>4</b> | Passato di verdura con riso <b>4</b> | Zuppa di farro alle verdure | Patate lesse al prezzemolo     | Pizza margherita |
| Secondo piatto           | Uova Strapazzate <b>1</b>    | Polpette di legumi <b>3</b>          | Formaggi misti <b>2</b>     | Crocchette di verdure <b>4</b> |                  |
| Contorno                 | Carote julienne              | Spinaci saltati                      | Insalata verde              | Cavolo cappuccio               | Insalata mista   |
| merenda                  | Frutta Fresca                | Frutta Fresca                        | Frutta fresca               | Frutta fresca                  | Frutta fresca    |

| <b>Terza Settimana</b> | Lunedì                    | Martedì                                       | Mercoledì                  | Giovedì  | Venerdì                              |
|------------------------|---------------------------|---|----------------------------|--|--------------------------------------|
| Primo piatto           | Gnocchi al pomodoro       | Minestra di patate e carote con orzo <b>4</b> | Pasta con verdure <b>4</b> | Ravioli ricotta e spinaci in brodo vegetale <b>3</b> | Passato di verdura con riso <b>3</b> |
| Secondo piatto         | Uova strapazzate <b>2</b> | Formaggi misti <b>3</b>                       | Polpette di ricotta        | Frittata di ceci <b>2</b>                            | Piadina con fontina <b>3</b>         |
| Contorno               | Carote al vapore          | Cavolo cappuccio                              | Insalata verde             | Fagiolini al vapore                                  | Spinaci saltati                      |
| Merenda                | Frutta Fresca             | Frutta Fresca                                 | Frutta fresca              | Frutta fresca  | Frutta fresca                        |

| <b>Quarta Settimana</b> | Lunedì                                      | Martedì                             | Mercoledì                                     | Giovedì                     | Venerdì                                    |
|-------------------------|---|-------------------------------------|---|-----------------------------|--|
| Primo piatto            | Pasta al forno con ragù di verdure <b>4</b> | Gnocchi pomodoro e ricotta <b>3</b> | Minestra di patate e carote con orzo <b>2</b> | Passato di verdura <b>4</b> | Pasta al Pesto patate e fagiolini <b>3</b> |
| Secondo piatto          | Crocchette di piselli                       | Frittata <b>1</b>                   | Mozzarella <b>3</b>                           | Polpette di legumi <b>3</b> | Sformato di ceci                           |
| Contorno                |   | Spinaci saltati                     | Insalata verde                                | Carote al vapore            |  |
| merenda                 | Frutta Fresca                               | Frutta Fresca                       | Frutta fresca                                 | Frutta fresca               | Frutta fresca                              |

Per ogni pasto viene fornito il pane e l'acqua oligominerale naturale; si utilizzano sale iodato e olio extravergine di oliva.

Frutta di stagione: anguria, melone, mele, banane, albicocche, pesche, uva, kiwi, ananas. Vengono garantite almeno 3 tipologie diverse nell'arco della settimana.

Per intolleranze alimentari per motivi di salute, religiosi o altro verrà fornito un pasto idoneo alle esigenze.

Allergeni: **1 uova ; 2 pesce; 3 latte; 4 sedano**