COMUNE DI SAN GIOVANNI SUERGIU MENSA SCOLASTICA - MENU' AUTUNNO/INVERNO

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1ªSettimana	(1-3-7-9) Lasagne al sugo di pomodoro Prosciutto cotto s. glutine e lattosio Insalata verde Frutta fresca di stagione (arancia) (1)Pane bianco	(7-9)Risotto alla parmigiana Cosce di pollo arrosto Insalata di carote Frutta fresca di stagione (pera) (1)Pane bianco	(1-4-8)Pasta pesto tonno (1-3-4)Polpette di pesce* alla pizzaiola o (1-4)impanate e cotte al forno Insalata mista Frutta fresca di stagione (banana) (1)Pane bianco	(1-9) Minestra di brodo di pollo (1-3-7)Frittata d'uovo Patate al forno Frutta fresca di stagione (mandaranci) (1)Pane bianco	(1-9)Conchiglie al pomodoro (1-3-7-9)Polpette di carne al sugo Insalata di finocchi Frutta fresca di stagione (mela) (1)Pane bianco
2ª Settimana	(7-9) Risotto allo zafferano (1-9) Arrosto di maiale al forno Insalata di pomodori Frutta fresca di stagione (banana) (1) Pane bianco	(1-9)Gnocchetti sardi al pomodoro e basilico (1-4-7) Filetto di platessa* alla parmigiana Insalata verde Macedonia di frutta fresca (1) Pane bianco	(1-7)Penne in bianco (olio EVO, burro e parmigiano) (1-9)Scaloppine di vitello al limone Insalata di carote Frutta fresca di stagione (mandaranci) (1) Pane Bianco	(1-6-9-10-11) Zuppa di ortaggi* e legumi (7)Mozzarella Insalata di pomodori Frutta fresca di stagione (uva e arancia) (1)Pane bianco	(1-7) Pizza Margherita (grammatura per piatto unico) Insalata mista Frutta fresca (mela) (1)Pane bianco
3ª Settimana	(1-8-7) Maccheroncini al pesto (1-3-7-9)Polpette in umido/hamburger Carote* al vapore Frutta fresca di stagione (arancia) (1)Pane bianco	(1-9)Malloreddus alla campidanese (3-7) Frittata d'uovo Insalata di lattuga Frutta fresca di stagione (mela) (1)Pane bianco	(1-9)Minestra di brodo di pollo (1)Petto di pollo al limone Insalata di pomodori Frutta fresca di stagione (banana) (1)Pane Bianco	(1-6-9-10-11)Vellutata di ceci (7) Dolce sardo Insalata fresca Frutta fresca di stagione (mandaranci) (1)Pane bianco	(1-9)Penne al sugo o (1-7)al burro (1-4-7)Filetto di platessa* alla parmigiana Insalata di finocchi Frutta fresca: pera (1)Pane bianco
4ª Settimana	(1-7-)Ravioli* (ricotta e spinaci) burro e salvia Prosciutto cotto s. glutine e lattosio Insalata di carote con limone Frutta di stagione (mela) (1)Pane Bianco	(1-6-9-10-11) Passato di verdure con crostini (1-3) Cotoletta di pollo Patate al forno Insalata di finocchi Frutta fresca: arancia (1)Pane bianco	(1-7) Pizza (grammatura per piatto unica) Insalata mista Frutta fresca di stagione (banana) (1)Pane Bianco	(1-9) Pasta al ragù (7)Dolce sardo Insalata di finocchi Frutta fresca di stagione (pera) (1)Pane Bianco	(7-9)Risotto allo zafferano (1-4) Merluzzo o platessa* gratinato al forno Insalata verde Frutta fresca di stagione: pera (1)Pane Bianco

LEGENDA : gli allergeni di cui all'all. II Reg. UE 1162/2011 sono indicati in ogni ricetta con un riferimento numerico: ()	
Allergene:	**Numero di riferimento**
Cereali contenenti glutine	1
Crostacei e prodotti a base di crostacei	2
Uova e prodotti a base di uova	3
Pesce e prodotti a base di pesce	4
Arachidi e prodotti a base di arachidi	5
Soia e prodotti a base di soia	6
Latte e prodotti a base di latte	7
Frutta a guscio	8
Sedano e prodotti a base di sedano	9
Senape e prodotti a base di senape	10
Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo	11
Anidride solforosa e solfiti	12
Lupini e prodotti a base di lupini	13
Molluschi e prodotti a base di molluschi	14
Altre indicazioni:	
Il prodotto potrebbe essere surgelato	*

Dott.ssa Giorgia Piras
Biologa Nutrizionista
SAR_A1493
P.I 0380 6560 920