



COMUNE DI ASSEMINI

Menu primaverile – estivo per le scuole primarie e dell'infanzia

	<i>1ª Settimana</i>	<i>2ª Settimana</i>	<i>3ª Settimana</i>	<i>4ª Settimana</i>	<i>5ª Settimana</i>
Lunedì	Insalata di riso	Pennette al pomodoro	Malloreddus al pomodoro	Fusilli al ragù vegetale	Riso con le carote
	-----	Sformato con patate e melanzane	Mozzarella	Pecorino dolce	Fettine di vitello alla pizzaiola
	Insalata di cetrioli e pomodori	Insalata (lattuga e rucola)	Insalata di pomodori con origano	Insalata mista (iceberg e carote)	Insalata verde (iceberg)
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Pesca o mela	Anguria o kiwi	Pera o albicocche	Pesca	Melone o pesca
Martedì	Fusilli al pomodoro fresco	Minestrone estivo con lenticchie e farro	Ravioli di ricotta al pomodoro	Riso con crema di verdure	Passato di verdure con lenticchie
	Platessa (*) alla livornese	Roast beef di vitellone	-----	Platessa (*) alla parmigiana	Bocconcini di tacchino con patate
	Insalata di pomodori	Zucchine e carote al vapore	Insalata di pomodori	Insalata di pomodori	-----
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Anguria o pera	Yogurt alla frutta	Anguria o pera	Fragole o pera	Banana
Mercoledì	Minestrone estivo con ceci	Riso con olio extravergine d'oliva e parmigiano	Riso al pomodoro	Minestrone estivo con lenticchie	Rigatoni al pomodoro fresco
	Scaloppina di pollo al limone	Cotoletta di pollo al forno	Nasello (*) al pomodoro	Coscia di pollo arrosto	Palombo (*) con dadolata di verdure
	Carote a julienne	Pomodori	Fagiolini al vapore	Patate arrosto	Insalata mista (iceberg e carote)
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Melone o mela	Melone	Melone	Pera	Anguria o pera
Giovedì	Conchigliette con tonno al naturale, olio e pomodorini	Pizza Margherita	Pennette al pomodoro	Pennette al pesto di basilico e prezzemolo fresco	Pipette con olio extra vergine e parmigiano
	Caprese (mozzarella e pomodoro)	-----	Hamburger di macinato misto (maiale e vitellone)	Prosciutto cotto o crudo	Torta di zucchine e patate
	-----	Fagiolini(*) al vapore con olio e limone	Insalata mista (lattuga e cetrioli)	Fagiolini (*) al vapore con olio e limone	Insalata di pomodori
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Pesca o pera	Anguria o pesca	Pesca o uva	Anguria o uva	Yogurt alla frutta
Venerdì	Pennette con crema di zucchine	Farfalle al pesto di basilico e prezzemolo fresco	Passata di verdure con riso e ceci	Lasagne all'uovo con ragù di macinato misto	Pizza margherita
	Polpette al sugo	Platessa (*) olio e limone	Fesa di tacchino al pomodoro	-----	-----
	Insalata mista (iceberg e pomodori)	Patate al prezzemolo	Insalata mista (carote e lattuga)	Insalata di pomodori	Carote a julienne
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Melone o albicocche	Pesca o mela	Banana	Prugna o susina	Melone

(*) surgelato

Assemini, 26.07.2017

Il Responsabile dei Servizi Educativi, Cultura, Sociali, Sport

Dott.ssa Valentina Melis

**COMUNE DI ASSEMINI****Menu autunnale – invernale per le scuole primarie e dell'infanzia**

	<i>1^a Settimana</i>	<i>2^a Settimana</i>	<i>3^a Settimana</i>	<i>4^a Settimana</i>	<i>5^a Settimana</i>
Lunedì	Minestrone di legumi misti	Pennette al pomodoro	Riso al pomodoro	Risotto al ragù di verdure	Pastina in brodo di carne
	Bocconcini di pollo in umido con patate	Coscia di pollo arrosto	Sformato di ricotta e erbe	Pecorino dolce	Pecorino
	-----	Bietole saltate	Finocchi in insalata	Insalata mista (lattuga e carote)	Finocchi
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Arancia	Mela Golden	Mela	Clementine	Banana
Martedì	Pastina in brodo vegetale	Pipette all'olio	Pizza margherita	Zuppa di fagioli con riso e farro	Malloreddus al sugo
	Platessa (*) alla livornese	Torta di zucchine e patate	-----	Prosciutto cotto o crudo	Sformato con zucchine e carote
	Carote a julienne	Finocchi	Finocchi in insalata	Insalata mista (lattuga e carote)	Insalata mista (carote e lattuga)
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Pera	Arancia	Arancia	Banana	Clementine
Mercoledì	Risotto con crema di broccoli	Passato di verdura e lenticchie	Pastina in brodo vegetale	Lasagne all'uovo con ragù di carne	Minestrone di legumi misti
	Formaggio dolce	Vitello in umido	Platessa (*) alla parmigiana	-----	Polpette al sugo
	Insalata verde (iceberg)	Patate al forno	Patate e carote al vapore	Insalata mista (lattuga e radicchio)	Bietole saltate
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Clementine	Clementine	Pera	Yogurt alla frutta	Arancia
Giovedì	Malloreddus al ragù di carne	Lasagne all'uovo con ragù di carne	Passato di verdura e ceci	Risotto allo zafferano	Pasta al sugo
	Sformato con carote e patate	-----	Spezzatino di vitello in umido	Coscia di pollo al forno	Palombo o nasello olio e limone (*)
	Insalata mista (lattuga e carote)	Insalata mista (iceberg e carote)	Patate al forno	Patate al forno	Insalata mista (finocchi)
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Kaki mela	Mela	Mandarancio	Mela fuji	Pera
Venerdì	Ravioli di ricotta al pomodoro	Riso alla zucca gialla	Fusilli al pomodoro	Pennette al pomodoro	Ravioli di ricotta al pomodoro
	-----	Palombo (*) al pomodoro	Pecorino dolce	Nasello (*) con dadolata di verdure	-----
	Finocchi in insalata	Carote a julienne	Finocchi in insalata	Insalata di radicchio e lattuga	Finocchi in insalata
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Yogurt alla frutta	Arancia	Mela	Arancia	Mela

(*) surgelato

Assemini, 26.07.2017

Il Responsabile dei Servizi Educativi, Cultura, Sociali, Sport

Dott.ssa Valentina Melis