



TABELLA MENU' CLARA MAFFEI
per **SCUOLA DELL'INFANZIA - SEZIONE PRIMAVERA** - SCUOLA PRIMARIA e SECONDARIA
ANNO SCOLASTICO 2023/2024

	<i>LUNEDI</i>	<i>MARTEDI</i>	<i>MERCOLEDI</i>	<i>GIOVEDI</i>	<i>VENERDI</i>
1° settimana	F4 Spuntino di frutta fresca Pasta* al pomodoro e basilico Parmigiano reggiano Verdura miste di stagione Pane integrale	U12 Spuntino di frutta fresca Risotto alla zucca e rosmarino Frittata al forno Verdura miste di stagione Pane integrale	C3 Spuntino di frutta fresca Polenta° con pollo alla cacciatora Verdura miste di stagione Pane	P15 Spuntino di frutta fresca Farrotto alle verdure Pesce con capperi e olive Verdura miste di stagione Pane	L3 Spuntino di frutta fresca Pasta e ceci Verdura miste di stagione Pane integrale
2° settimana	F2 Spuntino di frutta fresca Minestra di verdura Sformato di formaggio e patate Pane	U1 Spuntino di frutta fresca *Gnocchi al pomodoro Uova strapazzate Verdura miste di stagione Pane	C8 Spuntino di frutta fresca Risotto al pomodoro fresco Arrostito di lonza Verdura miste di stagione Pane	P5 Spuntino di frutta fresca Pasta al pesto di zucchine Pesce gratinato Verdura miste di stagione Pane	L2 Spuntino di frutta fresca Polenta° e Legumi misti Verdura miste di stagione Pane integrale
3° settimana	C10 Spuntino di frutta fresca Pasta al pesto Petto al pollo al rosmarino Verdura miste di stagione Pane	U13 Spuntino di frutta fresca Tagliatelle di frittata verdi con spinaci e patate Verdura miste di stagione Pane integrale	P8 Spuntino di frutta fresca Pasta al sugo di pesce Verdura miste di stagione Pane	L8 Spuntino di frutta fresca Passato di verdura con crostini Crocchette di lenticchie Pane	F6 Spuntino di frutta fresca Polenta° con formaggio Verdura miste di stagione Pane integrale
4° settimana	U11 Spuntino di frutta fresca Pasta al sugo di verdure Uova sode Verdura miste di stagione Pane	C12 Spuntino di frutta fresca Lasagne di carne Verdura miste di stagione Pane	L1 Spuntino di frutta fresca Zuppa di legumi Caponata di verdure P	P1 Spuntino di frutta fresca Risotto alla barbabietola involtino di sogliola Verdura miste di stagione Pane	F3 Spuntino di frutta fresca Pasta con la ricotta Verdura miste di stagione Pane



***Pasta al pomodoro:** è possibile presentare pasta in bianco

°Polenta: per la preparazione si utilizza farina macinata a km 0

Pane: con contenuto di sale non superiore all' 1,7% riferito alla farina - E' possibile sostituire il pane comune con pane **integrale** aumentando la grammatura di 10 gr. (2 volte settimana)

Verdura: è possibile presentare nello stesso pasto due tipi di verdura (cruda,oppure cotta e cruda) avendo cura di garantire la VARIETA' e la STAGIONALITA'

Frutta: viene distribuita fresca entro le h 9.30

Menu F: è possibile alternare vari tipi di formaggio, avendo cura di modificare la grammatura (i formaggi freschi, stagionati e la ricotta possono essere sostituiti tra loro secondo schema ATS)

Menù U: in sostituzione della frittata è possibile presentare l'uovo sodo o strapazzato in modo che sia il tuorlo che l'albume siano ben cotti.

Menu L: è possibile e consigliabile alternare o associare le diverse varietà di legumi

Menu C: si utilizzano carni fresche – pollo, tacchino, maiale, manzo 1 volta al mese

Menù P: è possibile e consigliabile alternare le diverse varietà di pesce, diversificandone la modalità di cottura

SEZIONE PRIMAVERA e SCUOLA PRIMARIA: proposti gli stessi alimenti con grammature differenziate secondo tabella ATS

(per sez. Primavera: proporre gli gnocchi formato chicche, formaggio stagionato sostituito con Parmigiano Reggiano)

In occasione di **gite/uscite** verranno proposti i menù "INDICAZIONI PER PRANZO AL SACCO"

Vedi indicazione A.T.S. Bergamo - **RISTORAZIONE SCOLASTICA**



La cucina della Fondazione Scuola dell'Infanzia Clara Maffei può preparare i pasti come indicazioni ATS per la ristorazione scolastica

- **a base di LEGUMI (L)** L1, L2, L3, L4 L6, L8, L12.
- **A base di PESCE (P)** P1, P2, P3, P4, P5, P6, P7, P8, P9, P10, P11, P12, P13, P15
- **A base di FORMAGGIO (F)** F1, F2, F3, F4, F5, F6, F7, F9, F10, F12, F13, F14, F15
- **A base di UOVA (U)** U1, U2, U3, U4, U5, U6, U7, U10, U11, U12, U13
- **A base di CARNE (C)** C1, C2, C3, C4, C5, C6, C7, C8, C9, C10, C11, C12, C13, C14, C15