

COMUNE DI OLGiate OLONA MENU' INVERNALE – SCUOLA PRIMARIA
ANNO SCOLASTICO 2022/2023



	1° Settimana	2° settimana	3° settimana	4° settimana
Lunedì	Pasta al ragù di verdura* Arrosto di tacchino agli agrumi Fagiolini all'olio * Yogurt	Pasta all'olio Mozzarella Insalata verde Budino	Risotto al pomodoro Asiago Carote grattugiate Yogurt	Pasta al ragù Primo sale Finocchi e carote in insalata Yogurt
Martedì	Pasta al pomodoro Robiola/caciotta Erbette all'olio * Frutta fresca	Gnocchi al pomodoro * Frittata con zucchine Fagiolini all'olio * Frutta fresca	Polenta Spezzatino di pollo agli aromi Fagiolini all'olio * Frutta fresca	Vellutata di porri e patate * Arrosto di tacchino Broccoli all'olio * Frutta fresca
Mercoledì	Pasta e fagioli * Frittata al formaggio Carote julienne Frutta fresca	Pasta integrale alle verdure * Brasato di manzo Cavolfiori gratinati * Frutta fresca	Finocchi in insalata Affettato di tacchino ½ porzione Lasagna al ragù * Frutta fresca	Riso con lenticchie* Fusi di pollo al forno Fagiolini olio * Frutta fresca
Giovedì	Pasta all'olio e aromi Merluzzo * in umido Bis di verdura * Frutta fresca	Crema di verdure con pasta/orzo/farro * Petto di pollo al latte Patate al forno * Frutta fresca	Pasta al pomodoro e ceci Hamburger di merluzzo* Carote brasate * Frutta fresca	Pasta integrale olio e aromi Frittata al formaggio Ratatouille di verdure * Frutta fresca
Venerdì	Risotto allo zafferano Petto di pollo alla milanese ^{°°°} Insalata verde e finocchi Frutta fresca	Risotto al parmigiano Platessa gratinata * Spinaci al vapore * Frutta fresca	Pizza margherita Prosciutto cotto ½ porzione °° Insalata verde Frutta fresca	Pasta ai quattro formaggi Insalata di merluzzo * con patate * e olive verdi Carote baby all'olio * Frutta fresca

* Prodotti congelati/surgelati all'origine, pasta all'uovo per lasagne

°°in Quaresima mozzarella °°° in Quaresima Riso alla Pomodoro, Parmigiano Reggiano

COMUNE DI OLGiate OLONA MENU' INVERNALE CELIACO- SCUOLA PRIMARIA ANNO SCOLASTICO 2022/2023



	1° Settimana	2° settimana	3° settimana	4° settimana
Lunedì	Pasta S/G al ragù di verdura* Arrosto di tacchino agli agrumi** Fagiolini * all'olio Yogurt	Pasta S/G all'olio Mozzarella Insalata verde Budino	Risotto al pomodoro Asiago Carote grattugiate Yogurt	Pasta S/G al ragù Primosale Finocchi e carote in insalata Yogurt
Martedì	Pasta S/G al pomodoro Ricotta/caciotta Erbette all'olio * Frutta fresca	Pasta S/G * al pomodoro Frittata con zucchine ** Fagiolini* all'olio Frutta fresca	Polenta Spezzatino di pollo agli aromi** Fagiolini all'olio * Frutta fresca	Vellutata di porri e patate * Arrosto di tacchino ** Broccoli all'olio * Frutta fresca
Mercoledì	Ditalini S/G e fagioli densa* Frittata al formaggio** Carote julienne Frutta fresca	Pasta S/G alle verdure * Brasato di manzo ** Cavolfiori al vapore * Frutta fresca	Finocchi in insalata Arrosto di tacchino affettato ½ porzione Lasagna al ragù * S/G Frutta fresca	Riso con lenticchie Fusi di pollo al forno Fagiolini * all'olio Frutta fresca
Giovedì	Pasta S/G olio e aromi Merluzzo * in umido ** Bis di verdura* Frutta fresca	Crema di verdura con pasta S/G * Petto di pollo al latte ** Patate al forno * Frutta fresca	Pasta S/G pomodori e ceci Hamburger di merluzzo** * Carote brasate* Frutta fresca	Pasta S/G olio e aromi Frittata al formaggio ** Ratatouille di verdure * Frutta fresca
Venerdì	Risotto allo zafferano Petto di pollo alla milanese** Insalata verde e finocchi Frutta fresca	Risotto alla parmigiana Platessa * gratinata ** Spinaci al vapore * Frutta fresca	Pizza margherita* S/G Prosciutto cotto ½ porzione Insalata verde Frutta fresca	Pasta S/G ai formaggi Insalata di merluzzo * con patate * e olive verdi Carote baby* all'olio Frutta fresca

* Prodotti congelati/surgelati all'origine **alimenti privi di glutine

COMUNE DI OLGiate OLONA MENU' INVERNALE NO LATTE – SCUOLA PRIMARIA
ANNO SCOLASTICO 2022/2023



	1° Settimana	2° settimana	3° settimana	4° settimana
Lunedì	Pasta al ragù di verdura* Arrosto di tacchino agli agrumi Fagiolini * all'olio Yogurt di soia	Pasta all'olio Bresaola Insalata verde Budino di soia	Risotto al pomodoro ** Frittata al forno** Carote grattugiate Yogurt di soia	Pasta al ragù Merluzzo gratinato* Finocchi e carote in insalata Yogurt di soia
Martedì	Pasta al pomodoro Platessa * al forno Erbette all'olio* Frutta fresca	Pasta al pomodoro Frittata con zucchine** Fagiolini* all'olio Frutta fresca	Polenta Spezzatino di pollo agli aromi Fagiolini all'olio* Frutta fresca	Vellutata di porri e patate* Arrosto di tacchino Broccolo all'olio* Frutta fresca
Mercoledì	Pasta e fagioli densa * Frittata al forno** Carote julienne Frutta fresca	Pasta integrale alle verdure* Brasato di manzo Cavolfiori all'olio* Frutta fresca	Finocchi in insalata Arrosto di tacchino affettato Pasta al ragù di manzo Frutta fresca	Riso con lenticchie Fusi di pollo al forno Fagiolini* all'olio Frutta fresca
Giovedì	Pasta all'olio e aromi Merluzzo * in umido Bis di verdura* Frutta fresca	Crema di verdura con pasta/orzo/farro * Petto di pollo al forno ** Patate * al forno Frutta fresca	Pasta pomodori e ceci Hamburger di merluzzo* Carote all'olio* Frutta fresca	Pasta integrale olio e aromi Frittata al forno ** Ratatouille di verdure * Frutta fresca
Venerdì	Risotto allo zafferano ** Petto di pollo alla milanese Insalata verde * Frutta fresca	Riso all'olio Platessa * gratinata Spinaci al vapore* Frutta fresca	Pasta al pomodoro Prosciutto cotto Insalata verde Frutta fresca	Pasta al pomodoro Insalata di merluzzo * con patate* e olive verdi Carote baby* all'olio Frutta fresca

* Prodotti congelati/surgelati all'origine **alimenti privi di latte e derivati

COMUNE DI OLGiate OLONA MENU' INVERNALE NO MAIALE – SCUOLA PRIMARIA **Pellegrini**
ANNO SCOLASTICO 2022/2023

	1° Settimana	2° settimana	3° settimana	4° settimana
Lunedì	Pasta al ragù di verdura* Arrosto di tacchino agli agrumi Fagiolini* all'olio Yogurt	Pasta all'olio Mozzarella Insalata verde Budino	Risotto al pomodoro Asiago Carote grattugiate Yogurt	Pasta al ragù Primo sale Finocchi e carote in insalata Yogurt
Martedì	Pasta al pomodoro Ricotta/caciotta Erbette * all'olio Frutta fresca	Gnocchi * al pomodoro Frittata con zucchine Fagiolini * all'olio Frutta fresca	Polenta Spezzatino di pollo agli aromi Fagiolini all'olio* Frutta fresca	Vellutata di porri e patate* Arrosto di tacchino Broccoli all'olio* Frutta fresca
Mercoledì	Pasta e fagioli densa* Frittata al formaggio Carote julienne Frutta fresca	Pasta integrale alle verdure * Brasato di manzo Cavolfiori gratinati * Frutta fresca	Finocchi in insalata Arrosto di tacchino affettato ½ porzione Lasagna* al ragù di manzo Frutta fresca	Riso con lenticchie Fusi di pollo al forno Fagiolini all'olio* Frutta fresca
Giovedì	Pasta all'olio e aromi Merluzzo * in umido Bis di verdura* Frutta fresca	Crema di verdura con pasta/orzo/farro * Petto di pollo al latte Patate al forno * Frutta fresca	Pasta pomodori e ceci Hamburger di merluzzo* Carote brasate* Frutta fresca	Pasta integrale olio e aromi Frittata con formaggio Ratatouille di verdura * Frutta fresca
Venerdì	Risotto allo zafferano Petto di pollo alla milanese Insalata verde e finocchi Frutta fresca	Risotto al parmigiano Platessa * gratinata Spinaci al vapore* Frutta fresca	Pizza margherita Formaggio ½ porzione Insalata verde Frutta fresca	Pasta ai quattro formaggi Insalata di merluzzo * con patate* e olive verdi Carote baby* all'olio Frutta fresca

*Prodotti

congelati/surgelati all'origine

**COMUNE DI OLGiate OLONA MENU' INVERNALE NO CARNE – SCUOLA PRIMARIA
ANNO SCOLASTICO 2022/2023**



	1° Settimana	2° settimana	3° settimana	4° settimana
Lunedì	Pasta al ragù di verdura* Platessa al forno * Fagiolini * all'olio Yogurt	Pasta all'olio Mozzarella Insalata verde Budino	Risotto al pomodoro Asiago Carote grattugiate Yogurt	Pasta in salsa aurora Primo sale Finocchi e carote in insalata Yogurt
Martedì	Pasta al pomodoro Ricotta/caciotta Erbette all'olio* Frutta fresca	Gnocchi * al pomodoro Frittata con zucchine Fagiolini* all'olio Frutta fresca	Polenta Tortino vegetariano* Fagiolini all'olio * Frutta fresca	Vellutata di porri e patate * Tortino vegetariano* Broccoli all'olio * Frutta fresca
Mercoledì	Pasta e fagioli densa * Frittata al formaggio Carote julienne Frutta fresca	Pasta integrale con verdure * Tortino vegetariano* Cavolfiori gratinati * Frutta fresca	Finocchi in insalata Ricotta Lasagna * in salsa aurora Frutta fresca	Riso con lenticchie * Merluzzo al pomodoro* Fagiolini* all' olio Frutta fresca
Giovedì	Pasta all'olio e aromi Merluzzo * in umido Bis di verdura* Frutta fresca	Crema di verdura con pasta/orzo/farro * Formaggio Patate al forno * Frutta fresca	Pasta al pomodoro e ceci Hamburger di merluzzo* Carote brasate* Frutta fresca	Pasta integrale olio e aromi Frittata al formaggio Ratatouille di verdura * Frutta fresca
Venerdì	Risotto allo zafferano Tortino vegetariano* Insalata verde e finocchi Frutta fresca	Risotto al parmigiano Platessa * gratinata Spinaci * al vapore Frutta fresca	Pizza margherita Formaggio ½ porzione Insalata verde Frutta fresca	Pasta ai quattro formaggi Insalata di merluzzo * con patate* e olive verdi Carote baby* all'olio Frutta fresca

* Prodotti congelati/surgelati all'origine

COMUNE DI OLGiate OLONA MENU' INVERNALE DIETA BIANCA – SCUOLA PRIMARIA
ANNO SCOLASTICO 2022/2023



	1° Settimana	2° settimana	3° settimana	4° settimana
Lunedì	Pasta all'olio Carne bianca Patate/carote vapore* Mela/pera/banana	Pasta all'olio carne bianca Patate/carote vapore* Mela/pera/banana	Riso all'olio Ricotta Patate/carote vapore* Mela/pera/banana	Pasta all' olio Ricotta Patate/carote vapore* Mela/pera/banana
Martedì	Pasta all'olio Ricotta Patate/carote vapore* Mela/pera/banana	Pasta all'olio Ricotta Patate/carote vapore* Mela/pera/banana	Pasta all' olio carne bianca Patate/carote vapore* Mela/pera/banana	Pasta all'olio carne bianca Patate/carote vapore* Mela/pera/banana
Mercoledì	Pasta all'olio Merluzzo * al vapore Patate/carote vapore* Mela/pera/banana	Riso all' olio carne bianca Patate/carote vapore* Mela/pera/banana	Pasta all'olio Ricotta Patate/carote vapore* Mela/pera/banana	Riso all'olio fusi di pollo al vapore Patate/carote vapore* Mela/pera/banana
Giovedì	Pasta all'olio carne bianca Patate * all'olio Mela/pera/banana	Pasta all'olio Prosciutto cotto Patate/carote vapore* Mela/pera/banana	Pasta all'olio Merluzzo al vapore* Patate/carote vapore* Mela/pera/banana	Pasta all'olio Ricotta Patate/carote vapore* Mela/pera/banana
Venerdì	Riso all'olio Merluzzo * al vapore Patate/carote vapore* Mela/pera/banana	Pasta all'olio Platessa * al vapore Carote baby* all'olio Mela/pera/banana	Riso all'olio Prosciutto cotto Carote all'olio Frutta fresca	Pasta all'olio Merluzzo al vapore Patate/carote vapore* Mela/pera/banana

* Prodotti congelati/surgelati all'origine