

SCUOLE PRIMARIE E SECONDARIA DEL COMUNE DI OLGiate OLONA - DIETA VEGETARIANA In vigore dal 10/11 1° settimana

		LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENEDÌ
1 SETTIMANA	PRIMO	Passato di legumi e ortaggi* con crostini	Risotto alla piemontese	Pasta al pesto	Pasta con crema alla zucca*	Pasta con aromi e parmigiano
	SECONDO	Provolone valpadana DOP 1\2 porz	Hamburger di legumi e patate	Legumi in umido	Polpette/Hamburger di legumi	Uova strapazzate
	CONTORNO	Patate* al forno	Fagiolini* all'olio	Finocchi all'olio aromatizzato	Julienne di carote con mais	Insalata con olive nere
	FRUTTA	Pane integrale Plum cake allo yogurt	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
2 SETTIMANA	PRIMO	Zuppa cremosa di patate e verdure con crostini	Pasta agli aromi	Riso con crema allo zafferano	Pasta con pomodoro e olive e ceci	Pasta integrale con pomodoro, ricotta e basilico
	SECONDO	Crocchette di legumi* al pomodoro e basilico	Legumi in umido	Polpette/Hamburger di legumi	Asiago DOP 1\2 porzione	Uova strapazzate
	CONTORNO	Fagiolini* all'olio	Carote trifolate	Insalata e cavolo cappuccio	Patate* al forno	Insalata di finocchi
	FRUTTA	Budino alla vaniglia	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
3 SETTIMANA	PRIMO	Pasta al pesto	Pasta integrale con ragù di verdure*	Pizza margherita	Gnocchi al pomodoro	Pasta in salsa rosa (besciamella e pomodoro)
	SECONDO	Polpette/Hamburger di legumi	Quadrato di frittata al formaggio al forno	Formaggio ½ porzione	Hamburger di legumi e pata	Legumi in umido
	CONTORNO	Julienne di carote e mais	Spinaci* all'olio	Fagiolini* all'olio	Insalata verde con olive	Insalata mista verde e rossa
	FRUTTA	Panino al cioccolato	Frutta fresca di stagione	Grissini Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
4 SETTIMANA	PRIMO	Pasta al pomodoro e basilico	Risotto al pomodoro	Tagliatelle al pomodoro	Crema* di legumi con orzo	Pasta con pesto di broccoli*, fagiolini* e noci
	SECONDO	Formaggio spalmabile	Uovo sodo o frittata	Polpette/Hamburger di legumi	Formaggio ½ porzione	Hamburger di legumi e patate
	CONTORNO	Finocchi gratinati	Fagiolini all'olio	Insalata, carote, olive e mais	Patate* al forno	Insalata con cavolo cappuccio
	FRUTTA	Pane integrale Taralli con olio EVO	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione



“SI INFORMANO I CONSUMATORI CON ALLERGIE O INTOLLERANZE ALIMENTARI, o chi per essi (genitori/tutori), che gli alimenti e le bevande preparati e somministrati possono contenere uno o più dei seguenti allergeni come ingredienti o derivanti dal processo produttivo: Cereali contenenti glutine (cioè grano, segale, orzo, avena, farro, kamut o i loro ceppi ibridati), crostacei, uova, pesce, arachidi, soia, latte, lattosio, frutta a guscio (cioè mandorle, nocciole, noci, noci di acagiù, noci di pecan, noci del Brasile, pistacchi, noci macadamia), sedano, senape, semi di sesamo, anidride solforosa e solfiti, lupini, molluschi e tutti i derivati dei prodotti in elenco (ai sensi del Reg. UE 1169/11 – allegato II e s.m.i.). Si invitano i genitori/tutori dei consumatori allergici ad uno o più degli allergeni sopra riportati ad attivare l'iter di richiesta della dieta sanitaria. Le informazioni relative alla presenza di soggetti con allergie o intolleranze alimentari vengono raccolte mediante la presentazione di idonea certificazione medica e in fase di produzione vengono formulati pasti personalizzati, privi degli allergeni per cui risulta documentata una sensibilizzazione.” VIENE SOMMINISTRATO PANE A CONTENUTO DI SALE INFERIORE AL 1,7%. Le preparazioni gastronomiche contrassegnate con asterisco * potrebbero essere preparate con materie prime congelate/surgelate all'origine.