

COMUNE DI GRAVELLONA TOCE

Scuola Elementari e Medie

Menù primavera - estate A. S. 2008/2009

	Prima settimana	Seconda settimana	Terza settimana	Quarta settimana
Lunedì	Pasta pomodoro e piselli Frittata alle erbe (al forno) Insalata verde	Risotto alla parmigiana Formaggio (*) Insalata di pomodori	Insalata mista Pizza pomodoro e mozzarella ½ porzione di formaggio	Pasta pomodoro fresco e basilico Fesa di tacchino agli aromi Insalata mista
Martedì	Risotto allo zafferano Petto di pollo al limone Erbe saltate con olio	Gnocchi di patate al pomodoro Fesa di tacchino ai ferri Carote al burro	Risotto allo zafferano Pollo al forno Insalata di pomodori	Tortellini ricotta e spinaci burro e salvia Piselli saltati con ½ porz. prosciutto cotto Carote al forno
Mercoledì	Pasta al pesto Vitellone alla pizzaiola Zucchine trifolate	Insalata mista con fagioli cannellini Pasta al forno (piatto unico)	Pasta pomodoro e melanzane Scaloppine di vitellone al limone/ al vino bianco Spinaci saltati con olio	Passato di verdura con pasta/riso Arista al latte Patate al forno
Giovedì	Insalata mista Pizza pomodoro e mozzarella ½ porzione di formaggio (*)	Pasta con olio e parmigiano Lonza al forno Fagiolini al pomodoro	Pasta con ragù alla bolognese Frittata al prezzemolo (al forno) Zucchine trifolate	Risotto alla parmigiana Formaggio (*) Fagiolini in insalata
Venerdì	Pasta all'ortolana Pesce (^) agli aromi al forno Insalata di pomodori	Passato di verdura con riso/orzo Pesce (^) al limone Insalata di patate	Pasta al pesto Pesce (^) gratinato/impanato al forno Insalata di carote	Pasta alle melanzane/zucchine Pesce (^) dorato al forno Insalata di pomodori

Il pranzo viene completato con **pane e frutta fresca di stagione** (è consigliabile anticipare quest'ultima nello spuntino di metà mattina).

1 volta/settimana (preferibilmente in presenza di piatto unico o di primo piatto semplice e possibilmente nelle giornate più critiche come momento gratificante, ad esempio in presenza di legumi, minestre, ecc.) la frutta può essere sostituita con Yogurt o con un Dolce semplice tipo: budino, torta margherita, allo yogurt, crostata di frutta o marmellata, ecc.

(*) Tipologie di formaggio: ricotta, mozzarella, formaggio fresco di capra, primosale, robiola, caciotta fresca, scamorza fresca, fontina, toma (tipo Crodo, Valsesia, Val Vigizzo, ecc.), parmigiano reggiano, grana padano, ecc.

(^*) Tipologie di pesce: platessa, sogliola, palombo, nasello o merluzzo, cernia, orata, trota, ecc.

COMUNE DI GRAVELLONA TOCE

Scuola Elementari e Medie

Menù autunno - inverno A. S. 2008/2009

	Prima settimana	Seconda settimana	Terza settimana	Quarta settimana
Lunedì	Insalata mista Pizza pomodoro e mozzarella ½ porzione di prosciutto cotto	Risotto alla parmigiana Frittata con verdura (al forno) Insalata mista	Pasta al pomodoro Pollo al limone (al forno) Broccoli gratinati al forno	Pasta/Gnocchi di patate al pomodoro Scaloppina di vitellone agli aromi Finocchi all'olio/in insalata
Martedì	Risotto allo zafferano Cosce di pollo (al forno) Insalata verde con verza o cavolo	Polenta Spezzatino/macinata di vitellone in umido Verdure in umido	Pasta con olio/burro e parmigiano Pesce (^) gratinato/impanato (al forno) Insalata verde/mista	Pasta al ragù di carne Frittata con verdura (al forno) Carote all' olio
Mercoledì	Pasta e fagioli /ceci/lenticchie (passati) Formaggio (*) Patate e verdura al forno	Tortellini di ricotta e spinaci al pomodoro ½ porzione di formaggio (*) Carote e piselli all'olio	Risotto allo zafferano Scaloppine di vitellone alla pizzaiola Spinaci/Erbette saltate con olio	Passato di verdura con riso/orzo Bocconcini di tacchino in umido Patate al forno
Giovedì	Pasta con olio/burro e parmigiano Lonza al forno Erbette/Coste saltate con olio	Passato di verdura con riso/orzo Fesa di tacchino al forno Patate in insalata / Purè	Insalata mista Pizza pomodoro e mozzarella ½ porzione bresaola	Pasta alle verdure Pesce (^) dorato al forno Insalata mista
Venerdì	Riso al pomodoro Pesce (^) agli aromi al forno Insalata di carote grattugiate	Gnocchi di patate/pasta al pomodoro Pesce (^) al pomodoro al forno Insalata di finocchi	Passato di legumi e cereali Formaggio (*) Insalata di patate e verdura cotta	Risotto con piselli Formaggio (*) Verdura di stagione all'olio

Il pranzo viene completato con **pane** e **frutta fresca di stagione** (è consigliabile anticipare quest'ultima nello spuntino di metà mattina).

1 volta/settimana (preferibilmente in presenza di piatto unico o di primo piatto semplice e possibilmente nelle giornate più critiche come momento gratificante, ad esempio in presenza di legumi, minestre, ecc.) la frutta può essere sostituita con Yogurt o con un Dolce semplice tipo: budino, torta margherita, allo yogurt, crostata di frutta o marmellata, ecc.

(*) Tipologie di formaggio: ricotta, mozzarella, formaggio fresco di capra, primosale, robiola, caciotta fresca, scamorza fresca, fontina, toma (tipo Crodo, Valsesia, Val Vigizzo, ecc.), parmigiano reggiano, grana padano, ecc.

(^*) Tipologie di pesce: platessa, sogliola, palombo, nasello o merluzzo, cernia, orata, trota, ecc.