

AZIENDA SANITARIA LOCALE
LANCIANO – VASTO - CHIETI
Dipartimento di Prevenzione
Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
Via Marco Polo n.55/a –VASTO (CH)

Menu invernale (indicativamente da ottobre a marzo) Scuole dell'Infanzia e Primarie -Comune di Vasto- (revisione 11.11.2021)

G	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
L	Risotto con la verza Polpette di bovino al pomodoro (pomodoro, aglio) Nidi di bieta gratinati al forno Pane - Frutta	Risotto con seppie al pomodoro Frittata al forno con patate Spinaci olio e limone Pane - Frutta	Pasta con crema di cavolfiore Bocconcini di pollo croccanti al forno Cotoletta di pollo alla primaria Carote al vapore Pane – Frutta	Pasta al tonno e pomodoro Stracchino Verza** e patate Pane – Frutta
M	Pasta al pomodoro Ricotta e spinaci Pane - Frutta	Passato/minestrone di verdure con tubetti Tacchino gratinato con patate al forno Pane - Frutta	Pasta al pomodoro Bocconcini di pesce merluzzo impanati Calamari dorati primaria Lattuga a striscioline Pane – Frutta	Pasta e fagioli borlotti (passati e/o interi) Frittata al forno con spinaci Carote Pane – Frutta DOLCE*
M	Passato/minestrone di verdure con orzo Pollo al forno (fuselli/ cosce e sovra cosce) con patate al forno Pane - Frutta	Pasta in bianco con olio evo Filetti di platessa con olive(pesce,farina00,olive nere denocciolate) Cappuccio** e carote a fili Pane - Frutta	Pasta con zucca e ricotta Prosciutto Cotto Broccoli** gratinati con besciamella leggera Pane – Frutta	Pizza margherita Insalata mista Frutta
G	Pasta al forno al sugo di pomodoro(passata con sedano,carota e cipolla) mozzarella, parmigiano. Prosciutto cotto Lattuga e finocchi Pane - Frutta	Gnocchi di patate al pomodoro Spezzatino di maiale Zucca al forno Pane - Frutta	Lasagne al ragù di carne bovina (macinato con trito fine di sedano carota, cipolla, salsa di pomodoro) –mozzarella, parmigiano. Insalata di lattuga ,carote e finocchi Pane – Frutta	Gnocchetti con cime di rape Spezzatino di vitello con piselli e carote Pane – Frutta
V	Pasta in bianco con olio evo Polpette di pesce merluzzo Cavolfiore gratinato** Pane - Frutta	Pasta e ceci (passati e/o interi) Fiordilatte Insalata di lattuga e carote Pane - Frutta DOLCE*	Gnocchetti sardi e lenticchie Gratin di formaggio(provola) e patate Spinaci Pane – Frutta	Pennette al pomodoro Bastoncini di merluzzo Lattuga a striscioline Pane – Frutta

*Dolce: due volte al mese come da scheda dolci allegata.

**Scuola infanzia (soprattutto al primo anno): approccio graduale tramite piccoli assaggi, accanto a qualità di verdure generalmente più gradite(es. carote lattuga, bieta..) quindi introduzione quando il bambino è abituato ai pasti a scuola.

Dott.ssa COLLELUORI CLAUDIA
Dirigente medico
Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
ASL02 Lanciano-Vasto-Chieti

AZIENDA SANITARIA LOCALE
LANCIANO – VASTO - CHIETI
Dipartimento di Prevenzione
Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
Via Marco Polo n.55/a –VASTO (CH)

Menu invernale (indicativamente da ottobre a marzo) Scuole dell'Infanzia e Primarie - Comune di VASTO (revisione 11.11.2021)

G	QUINTA SETTIMANA	SESTA SETTIMANA	SETTIMA SETTIMANA	OTTAVA SETTIMANA
L	Risotto seppie e calamari Frittata con uovo e formaggio Bieta Pane - Frutta	Pasta al pomodoro Pesce al forno (a scelta tra merluzzo, platessa, halibut) Cavolfiore** e Broccoli** al vapore Pane - Frutta	Pasta al ragù di carne bovina Prosciutto cotto (infanzia) Prosciutto crudo (primaria) Lattuga a striscioline Pane – Frutta	Polenta con polpettine di carne mista(maiale- vitello) (Piatto unico: farina di mais, macinato di maiale e vitello,cipolla,sedano,carota, passata di pomodoro, olio evo.) + finocchi all'olio Pane – Frutta
M	Pasta in bianco olio e parmigiano Pollo al forno (fuselli,cosce sopra cosce) Insalata mista Pane - Frutta	Risotto con crema di zucchine Cotoletta di tacchino al forno Lattuga a striscioline Pane - Frutta	Pasta e lenticchie Sformato di patate Carote al vapore Pane – Frutta	Pasta e fagioli cannellini (passati e/o interi) Ricotta Emmenthal (o altri formaggi – prevedere 2 mezze porzioni) Bieta Pane – Frutta
M	Pasta al pomodoro Filetti di platessa gratinati pesce,pangrattato, farina di mais,prezzemolo,olio evo) Carote e finocchi Pane - Frutta	Pasta con ceci (passati e/o interi) Asiago Zucca e patate al forno Pane – Frutta DOLCE*	Pasta in bianco olio e parmigiano Seppie e piselli (da provare per tutti) Finocchi Julien Pane – Frutta	Pasta al pomodoro Bocconcini di tacchino al latte Carote al vapore Pane – Frutta
G	Passato/minestrone di verdure con riso Spezzatino di vitello con patate Pane - Frutta	Gnocchetti al pomodoro Polpette di bovino (infanzia) Hamburger per la primaria Spinaci olio e limone Pane - Frutta	Risotto con la zucca Scaloppine Pollo al limone Verza** e patate Pane – Frutta	Passato/minestrone di verdure con pasta Frittata al forno con formaggio Patate (purea) Pane – Frutta DOLCE *
V	Pasta al forno in bianco (piselli, funghi, parmigiano, besciamella leggera: acqua, latte, farina) Prosciutto cotto- lattuga Bresaola per la primaria- lattuga Pane - Frutta	Pasta al tonno in bianco Tagliata di frittata al pomodoro Finocchi all'olio Pane - Frutta	Pizza margherita Insalata di lattuga e carote Frutta	Gnocchetti con crema di broccoli Bastoncini di merluzzo al forno Lattuga a striscioline Pane – Frutta

*Dolce: due volte al mese come da scheda dolci allegata.

**Scuola infanzia (soprattutto al primo anno): approccio graduale tramite piccoli assaggi, accanto a qualità di verdure generalmente più gradite(es. carote lattuga, bieta..) quindi introduzione quando il bambino è abituato ai pasti a scuola.