

COMUNE MALGRATE E CIVATE

In Vigore dal 01 Aprile 2019 partendo dalla prima settimana



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1ª SETTIMANA	Pasta al Tonno Provolone dolce o Grana Insalata di Fagiolini Frutta di stagione - Pane	Pasta al sugo di Verdura Rotolo Frittata Zucchine Frutta di stagione - Pane	Risotto con piselli crochette di pesce Insalata Mista Gelato e Pane		Insalata di Riso Bresaola Carote Al Vapore Succo di Frutta - Pane
2ª SETTIMANA	Pasta al Pesto Insalata Caprese Jogurt-Pane	Ravioli di Magro Crocchette di Pollo Carote olio e Limone Frutta di stagione - Pane	Bocconcini di Carne con Verdura+ Pasta B 1/2pz Patate al Forno Frutta di stagione - Pane		Pasta al Sugo Oliv/Capperi Frittata alle Erbe Arom. Piselli al Pomodoro Frutta di stagione - Pane
3ª SETTIMANA	Pizza Margherita Prosciutto(1/2 porzione) Insalata di Pomodori Frutta di stagione/Budino - Pane	Risotto al Pomoo Pollo agli Aromi Misto di Verdure Crude Frutta di stagione - Pane	Passato di Verdura Sformato di patate e fagiolini Pomodori Frutta-pane		Pasta con sugo di verdura Filetto di Platessa Gratinato Carote a Filli Frutta di stagione - Pane
4ª SETTIMANA	Pasta al Forno con Verd e Carne Prosciutto Cotto/Crudo 1/2 Porz. Carote al Vapore Dolce - Pane	Gnocchi al Pomodoro Cotoletta di pesce Insalata Frutta di stagione - Pane	Crema di Zucch e Pat con Crostini Pollo al Rosmarino Fagiolini Frutta di stagione - Pane		Risotto alla Milanese Frittatina Pomodori Frutta di stagione - Pane

I menù sopra proposti potranno subire eventuali variazioni per cause di forza maggiore sempre rispettando i parametri nutrizionali previsti
Quando c'è il piatto unico (es: pizza/lasagne) la verdura di contorno viene servita prima.

FORMAGGI: Latteria, Mozzarella, Primo Sale, Formaggio spalmabile

INSALATA RICCA: insalata verde, insalata rossa, mais, pomodori, carote

BASTONCINI DI PESCE: merluzzo, salmone

FRUTTA DI STAGIONE: prugna/susina, pesca/pescanoce, melone, mela, banana, uva, anguria, albicocca, pera

LEGUMI: Lenticchie, ceci, fagioli, soia

DOLCE FRESCO DA FORNO: torta margherita, torta allo yogurt, crostata fatta in casa