

# NO CARNE e derivati, NO PESCE e derivati (dieta vegetariana)

Scuola: **INFANZIA E PRIMARIA DI COCCAGLIO**



	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	
1 settimana	Pasta al pomodoro e ricotta  Frittata con verdura +  Verdura + cruda  Pane - Frutta	Riso con legumi + (e aromi)  FORMAGGIO o FRITTATA o LEGUMI AGLI AROMI  Verdura + all'olio (e aromi)  Pane - Frutta	Pasta in salsa grana/alla parmigiana  FORMAGGIO o FRITTATA o LEGUMI AGLI AROMI  Verdura + all'olio (e aromi)  Pane - Frutta	Passato di verdura con riso/miglio  Formaggio  Patate all'olio (e aromi)  Pane - Frutta	Pizza margherita  FORMAGGIO o FRITTATA o LEGUMI AGLI AROMI  Piselli con aromi  Pane - Frutta	MENU INVERNALE 24-25
2 settimana	Passato di verdura con pastina/farro/orzo/crostini  FORMAGGIO o FRITTATA o LEGUMI AGLI AROMI  Verdura + e fagiolini/piselli all'olio  Pane - Frutta	Riso alle verdure +  FORMAGGIO o FRITTATA o LEGUMI AGLI AROMI  Verdura + all'olio (e aromi)  Pane - Frutta	Polenta  FORMAGGIO o FRITTATA o LEGUMI AGLI AROMI  Verdura + cruda  Pane - Frutta	Pasta al pomodoro (e aromi)  Formaggio  Verdura + all'olio (e aromi)  Pane - Frutta	Pasta all'olio  Crocchette di verdure al forno  Verdura + cruda  Pane - Frutta	
3 settimana	Pizza margherita  FORMAGGIO o FRITTATA o LEGUMI AGLI AROMI  Verdura + cruda  Pane - Frutta	Passato di verdura con pastina/farro/orzo/crostini  Torta salata ricotta e verdure +  Verdura + cruda  Pane - Frutta	Ravioli di ricotta e spinaci !! burro e salvia  FORMAGGIO o FRITTATA o LEGUMI AGLI AROMI  Verdura + all'olio (e aromi)  Pane - Frutta	Riso alla vellutata di verdure +  FORMAGGIO o FRITTATA o LEGUMI AGLI AROMI  Verdura + all'olio (e aromi)  Pane - Frutta	Pasta con legumi +  Formaggio  Verdura + all'olio (e aromi)  Pane - Frutta	

SERVIRE ANCHE IL CONTORNO CRUDO.

"+" Le tipologie di condimenti nei primi, carne, pesce, formaggio e i contorni si riferiscono al menù comune.

**!! = LEGGERE CON ATTENZIONE LE ETICHETTE**

**IN CASO DI DUBBIO CONTATTARE L'UFFICIO PRODOTTO - Dietista**

La dieta prevede l'esclusione di:

- CARNE E DERIVATI (suina, bovina, avicola, equina)
- PESCE E DERIVATI

# NO CARNE e derivati, NO PESCE e derivati (dieta vegetariana)

Scuola: **INFANZIA E PRIMARIA DI COCCAGLIO**

**0**



	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	
4 settimana	Riso alle verdure +  FORMAGGIO o FRITTATA o LEGUMI AGLI AROMI  Verdura + all'olio (e aromi)  Pane - Frutta	PASTINA IN BRODO VEGETALE  Formaggio  Piselli con aromi  Pane - Frutta	Pasta al pesto  FORMAGGIO o FRITTATA o LEGUMI AGLI AROMI  Verdura + cruda  Pane - Frutta	Pasta al pomodoro (e aromi)  Frittata ai formaggi  Verdura + e fagiolini/piselli all'olio  Pane - Frutta	Pasta aurora +  FORMAGGIO o FRITTATA o LEGUMI AGLI AROMI  Verdura + cruda  Pane - Frutta	
5 settimana	Pasta alla ligure (pomodoro e pesto)  FORMAGGIO o FRITTATA o LEGUMI AGLI AROMI  Insalata mista con mais  Pane - Frutta	Crema di legumi + e verdura + con riso/miglio  Formaggio  Verdura + all'olio (e aromi)  Pane - Frutta	Pasta all'olio  FORMAGGIO o FRITTATA o LEGUMI AGLI AROMI  Verdura + all'olio (e aromi)  Pane - Frutta	PASTA CON LEGUMI  #N/D  Verdura + cruda  Pane - Frutta	Riso al pomodoro (e aromi)  Frittata con verdura +  Piselli con aromi  Pane - Frutta	
6 settimana	Pasta in salsa grana/alla parmigiana  FORMAGGIO o FRITTATA o LEGUMI AGLI AROMI  Verdura + all'olio (e aromi)  Pane - Frutta	Crema di verdura + con pastina/farro/orzo/crostini  FORMAGGIO o FRITTATA o LEGUMI AGLI AROMI  Patate all'olio (e aromi)  Pane - Frutta	Gnocchi di patate al pomodoro e LEGUMI  #N/D  Verdura + cruda  Pane - Frutta	Passato di verdura con riso/miglio  Formaggio  Verdura + e fagiolini/piselli all'olio  Pane - Frutta	Pizza margherita  FORMAGGIO o FRITTATA o LEGUMI AGLI AROMI  Verdura + cruda  Pane - Frutta	MENÙ INVERNALE 24-25

SERVIRE ANCHE IL CONTORNO CRUDO.

"+": Le tipologie di condimenti nei primi, carne, pesce, formaggio e i contorni si riferiscono al menù comune.

**!! = LEGGERE CON ATTENZIONE LE ETICHETTE**

**IN CASO DI DUBBIO CONTATTARE L'UFFICIO PRODOTTO - Dietista**

La dieta prevede l'esclusione di:

- CARNE E DERIVATI (suina, bovina, avicola, equina)
- PESCE E DERIVATI

**FREQUENZA SECONDI PIATTI:** MAX 2V/SETT FORMAGGIO; MAX 1V/SETT UOVA; 2-3V/SETT LEGUMI

**LEGUMI AGLI AROMI** (fagioli borlotti, fagioli cannellini, ceci, lenticchie, piselli) = legumi al pomodoro, legumi all'olio e aromi, purea di legumi