

**Menù Autunno-inverno Scuola dell'infanzia, sez. primavera, Scuola primaria e personale scolastico - Comune di Ascoli Piceno SIAN AST ASCOLI PICENO**

| <b>PRIMA SETTIMANA DAL 27 AL 31 OTTOBRE</b> |                                                              | <b>Ingredienti</b>                                                                                                         |
|---------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>LUNEDÌ</b>                               | Pasta al pomodoro                                            | Pasta di semola, pomodoro pelato, olio evo, parmigiano grattugiato, cipolla                                                |
|                                             | Ricotta/robiola                                              | Ricotta/robiola                                                                                                            |
|                                             | Carote julienne                                              | Carote, olio evo                                                                                                           |
|                                             | Pane                                                         |                                                                                                                            |
|                                             | Frutta fresca di stagione*                                   |                                                                                                                            |
| <b>MARTEDÌ</b>                              | Passato di verdure con pastina                               | Pastina, brodo vegetale, verdure (bietola, zucchina, carota, cipolla, sedano e patata), olio evo, parmigiano grattugiato   |
|                                             | Spezzatino di vitello con patate                             | Vitello, olio evo, rosmarino, patata, aglio (possibilità di separare gli ingredienti)                                      |
|                                             | Pane                                                         |                                                                                                                            |
|                                             | Frutta fresca di stagione*                                   |                                                                                                                            |
|                                             |                                                              |                                                                                                                            |
| <b>MERCOLEDÌ</b>                            | Pasta olio e parmigiano                                      | Pasta di semola, olio evo, parmigiano grattugiato                                                                          |
|                                             | Filetto di platessa panato al forno                          | Filetti di platessa surgelati, pangrattato, scorza di limone grattugiato, aglio, rosmarino, prezzemolo, olio evo           |
|                                             | Insalata bicolore                                            | Lattughino, radicchio rosso, olio evo                                                                                      |
|                                             | Pane                                                         |                                                                                                                            |
|                                             | Frutta fresca di stagione*/Macedonia                         | Frutta fresca di stagione*, succo di limone                                                                                |
| <b>GIOVEDÌ</b>                              | Risotto con piselli                                          | Riso, piselli surgelati, brodo vegetale, olio evo, parmigiano grattugiato                                                  |
|                                             | Bocconcini di tacchino gratinati o infarinati                | Tacchino, olio evo, pangrattato o farina, aglio                                                                            |
|                                             | Finocchi in insalata                                         | Finocchi, olio evo                                                                                                         |
|                                             | Pane integrale                                               |                                                                                                                            |
|                                             | Frutta fresca di stagione*                                   |                                                                                                                            |
| <b>VENERDÌ</b>                              | Minestra di pasta e fagioli borlotti e/o cannellini          | Pasta di semola (ditalini), fagioli borlotti/cannellini secchi, pomodoro, brodo vegetale, parmigiano grattugiato, olio evo |
|                                             | Frittata e spinaci (possibilità di separare gli ingredienti) | Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo e spinaci                                                |
|                                             | Pane                                                         |                                                                                                                            |
|                                             | Frutta fresca di stagione*                                   |                                                                                                                            |
|                                             |                                                              |                                                                                                                            |

\* in base al grado di maturazione e all'offerta/disponibilità di mercato stagionale

Menù Autunno-inverno Scuola dell'infanzia, sez. primavera, Scuola primaria e personale scolastico - Comune di Ascoli Piceno SIAN AST ASCOLI PICENO



| SECONDA SETTIMANA DAL 3 AL 7 NOVEMBRE |                                                      | Ingredienti                                                                                                                                         |
|---------------------------------------|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| LUNEDÌ                                | Pasta con la zucca                                   | Pasta, zucca fresca, brodo vegetale, olio evo, parmigiano grattugiato                                                                               |
|                                       | Prosciutto cotto                                     |                                                                                                                                                     |
|                                       | Bietola                                              | Bietola surgelata, olio evo                                                                                                                         |
|                                       | Pane integrale                                       |                                                                                                                                                     |
|                                       | Frutta fresca di stagione*                           |                                                                                                                                                     |
| MARTEDÌ                               | Pasta olio e parmigiano                              | Pasta di semola, olio evo, parmigiano grattugiato                                                                                                   |
|                                       | Frittata                                             | Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo                                                                                   |
|                                       | Carote Julienne                                      | Carote, olio evo                                                                                                                                    |
|                                       | Pane integrale                                       |                                                                                                                                                     |
|                                       | Frutta fresca di stagione*                           |                                                                                                                                                     |
| MERCOLEDÌ                             | Minestra pasta e ceci                                | Pasta di semola, ceci secchi, brodo vegetale, patate e bieta , olio evo, parmigiano grattugiato                                                     |
|                                       | Cotoletta di pollo al forno                          | Petto di pollo, uovo, pangrattato, scorza di limone grattugiata, olio evo                                                                           |
|                                       | Insalata di finocchi e/o con olive nere denocciolate | Finocchi, olio evo con olive nere denocciolate                                                                                                      |
|                                       | Pane                                                 |                                                                                                                                                     |
|                                       | Frutta fresca di stagione                            |                                                                                                                                                     |
| GIOVEDÌ                               | PIATTO UNICO: Pasta al ragù di carne di manzo        | Pasta di semola, carne di manzo macinata, pomodoro pelato, sedano, carote, cipolla, parmigiano grattugiato, olio evo                                |
|                                       | Polpettine di manzo con carote e patate              | Carne magra di bovino adulto, mollica di pane/pangrattato, uovo, parmigiano grattugiato, patate, carote, olio evo, latte, noce moscata e/o pomodoro |
|                                       | Pane integrale                                       |                                                                                                                                                     |
|                                       | Frutta fresca di stagione*                           |                                                                                                                                                     |
| VENERDÌ                               | Risotto allo zafferano                               | Riso, brodo vegetale, zafferano                                                                                                                     |
|                                       | Polpette di merluzzo                                 | Merluzzo surgelato, mollica di pane, uovo, parmigiano grattugiato, olio evo, prezzemolo, aglio,                                                     |
|                                       | Insalata bicolore                                    | Lattughino, radicchio rosso, olio evo                                                                                                               |
|                                       | Pane                                                 |                                                                                                                                                     |
|                                       | Frutta fresca di stagione*                           |                                                                                                                                                     |

\* in base al grado di maturazione e all'offerta/disponibilità di mercato stagionale

Menù Autunno-inverno Scuola dell'infanzia, sez. primavera, Scuola primaria e personale scolastico - Comune di Ascoli Piceno SIAN AST ASCOLI PICENO



| TERZA SETTIMANA DAL 10 AL 14 NOVEMBRE |                                   | Ingredienti                                                                                                           |
|---------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| LUNEDÌ                                | Pasta al pomodoro                 | Pasta di semola, pomodoro pelato, olio evo, parmigiano grattugiato, cipolla                                           |
|                                       | Robiola/mozzarella                | Robiola/mozzarella                                                                                                    |
|                                       | Patate al forno o al vapore       | Patate, olio evo, erbe aromatiche                                                                                     |
|                                       | Pane integrale                    |                                                                                                                       |
|                                       | Frutta fresca di stagione*        |                                                                                                                       |
| MARTEDÌ                               | Orzo in brodo vegetale            | Orzo, brodo vegetale, verdure (bietola, zucchina, carota, cipolla, sedano e patata), olio evo, parmigiano grattugiato |
|                                       | Bocconcini di tacchino infarinati | Tacchino, farina, olio evo, aglio, aromi o erbe aromatiche fresche                                                    |
|                                       | Spinaci                           | Spinaci surgelati, olio evo                                                                                           |
|                                       | Pane                              |                                                                                                                       |
|                                       | Frutta fresca di stagione*        |                                                                                                                       |
| MERCOLEDÌ                             | Pasta olio e parmigiano           | Pasta di semola, olio evo, parmigiano grattugiato                                                                     |
|                                       | Frittata                          | Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo                                                     |
|                                       | Insalata bicolore                 | Lattuga romana, radicchio, olio evo                                                                                   |
|                                       | Pane integrale                    |                                                                                                                       |
|                                       | Frutta fresca di stagione*        |                                                                                                                       |
| GIOVEDÌ                               | Riso con lenticchie               | Riso, lenticchie, brodo vegetale, (sedano, carota e cipolla) olio evo, parmigiano grattugiato                         |
|                                       | Sovra coscia di pollo             | Pollo, olio evo, rosmarino, aglio                                                                                     |
|                                       | Insalata di finocchi              | Finocchi crudi, olio evo                                                                                              |
|                                       | Pane integrale                    |                                                                                                                       |
|                                       | Frutta fresca di stagione*        |                                                                                                                       |
| VENERDÌ                               | Pasta al pomodoro                 | Pasta di semola, pomodoro pelato, olio evo, parmigiano grattugiato, cipolla                                           |
|                                       | Hamburger di merluzzo             | Filetti di merluzzo surgelati, pangrattato, scorza di limone grattugiato, patata, prezzemolo, olio evo                |
|                                       | Carote Julienne                   | Carote, olio evo                                                                                                      |
|                                       | Pane                              |                                                                                                                       |
|                                       | Macedonia/frutta                  | Frutta fresca di stagione*, succo di limone                                                                           |

\* in base al grado di maturazione e all'offerta/disponibilità di mercato stagionale

Menù Autunno-inverno Scuola dell'infanzia, sez. primavera, Scuola primaria e personale scolastico - Comune di Ascoli Piceno SIAN AST ASCOLI PICENO



| QUARTA SETTIMANA DAL 17 AL 21 NOVEMBRE |                                                               | Ingredienti                                                                                                           |
|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| LUNEDÌ                                 | Minestra in brodo vegetale con orzo                           | Orzo, brodo vegetale, verdure (bietola, zucchina, carota, cipolla, sedano e patata), olio evo, parmigiano grattugiato |
|                                        | Frittata                                                      | Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo                                                     |
|                                        | Bieta                                                         | Bieta surg., olio evo                                                                                                 |
|                                        | Pane integrale                                                |                                                                                                                       |
|                                        | Frutta fresca di stagione*                                    |                                                                                                                       |
|                                        |                                                               |                                                                                                                       |
| MARTEDÌ                                | Pasta con olive al pomodoro                                   | Pasta di semola, pomodoro pelato, sedano carota e cipolla, olive verdi e nere denocciolate a pezzetti, olio evo       |
|                                        | Polpette di merluzzo e seppioline                             | Merluzzo e seppioline surgelati, mollica di pane, uovo, parmigiano grattugiato, olio evo, prezzemolo, aglio           |
|                                        | Insalata verde                                                | Lattuga, olio evo                                                                                                     |
|                                        | Pane                                                          |                                                                                                                       |
|                                        | Frutta fresca di stagione*                                    |                                                                                                                       |
|                                        |                                                               |                                                                                                                       |
| MERCOLEDÌ                              | Pasta con la zucca                                            | Pasta, zucca fresca, brodo vegetale, olio evo, parmigiano grattugiato                                                 |
|                                        | Straccetti di pollo gratinati o infarinati                    | Pollo, olio evo, pangrattato o farina                                                                                 |
|                                        | Finocchi crudi o gratinati                                    | Finocchi, olio evo / se gratinati: pangrattato                                                                        |
|                                        | Pane integrale                                                |                                                                                                                       |
|                                        | Frutta fresca di stagione*                                    |                                                                                                                       |
|                                        |                                                               |                                                                                                                       |
| GIOVEDÌ                                | PIATTO UNICO: Tortellini di carne al pomodoro                 | Tortellini di carne (Manzo), pomodoro pelato, olio evo, parmigiano grattugiato                                        |
|                                        | Crocchette di patate e prosciutto cotto/sformato              | Patate, parmigiano gratt., uovo, latte, prosciutto cotto, pangrattato e olio evo                                      |
|                                        | Pane                                                          |                                                                                                                       |
|                                        | Frutta fresca di stagione* e Frappe (solo per Giovedì Grasso) |                                                                                                                       |
|                                        |                                                               |                                                                                                                       |
| VENERDÌ                                | Minestra pasta e ceci                                         | Pasta di semola, ceci secchi, brodo vegetale, olio evo, parmigiano grattugiato                                        |
|                                        | Mozzarella                                                    |                                                                                                                       |
|                                        | Carote Julienne                                               | Carote crude, olio evo                                                                                                |
|                                        | Pane                                                          |                                                                                                                       |
|                                        | Frutta fresca di stagione*                                    |                                                                                                                       |

\* in base al grado di maturazione e all'offerta/disponibilità di mercato stagionale

Menù Autunno-inverno Scuola dell'infanzia, sez. primavera, Scuola primaria e personale scolastico - Comune di Ascoli Piceno SIAN AST ASCOLI PICENO



| QUINTA SETTIMANA DAL 24 AL 28 NOVEMBRE |                                             | Ingredienti                                                                                                      |
|----------------------------------------|---------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| LUNEDÌ                                 | Pasta olio e parmigiano                     | Pasta di semola, olio evo, parmigiano grattugiato                                                                |
|                                        | Frittata                                    | Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo                                                |
|                                        | Insalata verde                              | Lattuga, olio evo                                                                                                |
|                                        | Pane                                        |                                                                                                                  |
|                                        | Frutta fresca di stagione*                  |                                                                                                                  |
| MARTEDÌ                                | Pasta al pomodoro                           | Pasta, pomodoro pelato, olio evo, parmigiano grattugiato, cipolla                                                |
|                                        | Filetto di platessa al forno                | Filetti di platessa surgelati, pangrattato, scorza di limone grattugiato, aglio, rosmarino, prezzemolo, olio evo |
|                                        | Bietole                                     | Bietole surgelate, olio evo.                                                                                     |
|                                        | Pane integrale                              |                                                                                                                  |
|                                        | Macedonia/frutta                            | Frutta fresca di stagione*, succo di limone                                                                      |
| MERCOLEDÌ                              | Minestra con orzo e ceci                    | Orzo, Patate, bietole, Ceci secchi, brodo vegetale, olio evo, parmigiano grattugiato                             |
|                                        | Asiago                                      |                                                                                                                  |
|                                        | Carote Julienne                             | Carote crude a julienne, olio evo                                                                                |
|                                        | Pane                                        |                                                                                                                  |
|                                        | Dolce                                       | Dolce confezionato                                                                                               |
| GIOVEDÌ                                | Pasta in crema di piselli                   | Pasta di semola, piselli surgelati, olio evo, brodo vegetale, parmigiano grattugiato                             |
|                                        | Hamburger di manzo                          | Carne magra di bovino adulto, patate, uovo, parmigiano grattugiato, olio evo, aglio, rosmarino, cipolla          |
|                                        | Spinaci                                     | Spinaci surgelati con olio evo                                                                                   |
|                                        | Pane integrale                              |                                                                                                                  |
|                                        | Frutta fresca di stagione*                  |                                                                                                                  |
| VENERDÌ                                | Risotto con zucca                           | Riso, zucca fresca, brodo vegetale, olio evo, parmigiano grattugiato                                             |
|                                        | Medaglione di merluzzo infarinato al limone | Filetti di merluzzo surgelati, farina, scorza di limone grattugiato, aglio, rosmarino, prezzemolo, olio evo      |
|                                        | Finocchi crudi                              | Finocchi, olio evo                                                                                               |
|                                        | Pane                                        |                                                                                                                  |
|                                        | Frutta fresca di stagione*                  |                                                                                                                  |