

Menù primavera-estate Scuola dell'infanzia, sez. primavera e Scuola Primaria Comune di Ascoli Piceno

	1 settimana	Ingredienti	2 settimana	Ingredienti
Lunedì	Antipasto di verdure crude in pinzimonio Pasta di farro integrale con zucchine Mozzarella Zucchine gratinate Pane Fragole (Aprile-Maggio) Pesche (Giugno- Settembre) Uva solo primaria (settembre-ottobre)	Carotine, pomodorini, olio evo Pasta di farro integrale, zucchine, olio evo, cipolla, parmigiano gratt. Zucchine <i>fresche</i> , pangrattato, olio evo.	Pasta olio e parmigiano Frittata al pomodoro Insalata mista Pane Pera (Aprile-Maggio;Settembre-Ottobre) Albicocche (Giugno)	Pasta di semola, olio evo parmigiano grattugiato Uovo, pomodoro, cipolla, olio evo, parmigiano grattugiato, menta. Cetrioli e lattuga, olio evo.
Martedì	Minestra di orzo perlato in brodo vegetale Cosce di pollo al forno Insalata di pomodori Pane Pera (Aprile-Maggio; Ottobre) Susina (Giugno-Settembre)	Orzo perlato, brodo vegetale (bietola,zucchina, carota, cipolla, sedano e patata), olio evo, parmigiano grattugiato	Crostini con olio evo e pomodoro Pasta e ceci Sformato di zucchine e patate Mela (Aprile-Maggio; Ottobre) Pesca (Giugno-Settembre)	Pane semintegrale, pomodoro, olio evo Pasta di semola, ceci, parmigiano grattugiato, olio evo. Zucchine <i>fresche</i> , patate, parmigiano gratt. uova, latte, olio evo
Mercoledì	Pasta alla crema di piselli* Frittata Fagiolini* al limone Pane integrale Mela (Aprile, Maggio, Settembre e Ottobre) Albicocche (Giugno)	Pasta di semola, piselli, cipolla, olio evo, parmigiano grattugiato. Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo. Fagiolini*, olio evo, succo di limone.	Pasta di farro pomodoro e basilico Filetto di merluzzo gratinato con erbe aromatiche e pomodorini Purè di patate Pane Banana Uva solo primaria (Settembre-Ottobre)	Pasta di farro, pomodoro, olio evo, parmigiano grattugiato. Merluzzo, pangrattato, scorza di limone grattugiata, aglio, rosmarino, olio evo, pomodorini Patate, parmigiano, latte, olio evo.
Giovedì	Pasta e fagioli cannellini Pomodorini, zucchine e peperoni gratinati Pane Kiwi (Aprile-ottobre) Pesca (Maggio-agosto-settembre) Uva solo primaria (settembre-ottobre)	Pasta di semola, fagioli cannellini, pomodoro, sedano, carota, cipolla, parmigiano grattugiato, olio evo. Pomodori, zucchine e peperoni <i>freschi</i> , pangrattato, olio evo, rosmarino. Verdure a strati	Minestra di riso con carote Bocconcini di tacchino al pomodoro Carote julienne Pane integrale Pera (Aprile-Maggio;Settembre-Ottobre) Pesca (Giugno-Luglio) Torta al limone	Brodo vegetale, riso, carote <i>fresche</i> , olio evo, parmigiano gratt. Tacchino, olio evo, rosmarino, aglio, patata, pomodoro. Carote, olio evo. Farina, zucchero, uova, limone in succo e grattugiato, olio evo lievito vanigliato



Venerdi	Risotto al pomodoro Filetti di Platessa al forno Insalata mista Pane semintegrale Macedonia	Riso, pomodoro, carota, sedano, cipolla, aglio, polpa di pomodoro, olio evo, parmigiano gratt . Filetti di Platessa, pangrattato, scorza di limone grattugiata, aglio, rosmarino, olio evo. Lattuga, carote, olio evo. Mele, pesche, pera, succo di limone	Pasta alla crema di pomodori e peperoni Polpette di pesce al forno con verdure miste Fagiolini* Pane Kiwi (Aprile- Maggio e Ottobre) Pesca (Giugno-Settembre)	Pasta, pomodori e peperoni freschi, cipolla, olio evo, ricotta vaccina,parmigiano grattugiato. Platessa, seppie, melanzane e carote fresche, mollica di pane, uovo, parmigiano gratt. olio evo, prezzemolo, aglio, limone grattugiato, carota, cipolla, pomodoro, noce moscata.
---------	---	---	--	---



Menù primavera-estate Scuola dell'infanzia, sez. primavera e Scuola Primaria Comune di Ascoli Piceno

	3 settimana	Ingredienti	4 settimana	Ingredienti
Lunedì	Pasta di farro pomodoro e basilico Frittata Insalata di pomodoro con foglie di basilico Pane semintegrale Mela(Aprile-Maggio;Ottobre) Susina (Giugno-Settembre)	Pasta di farro, pomodoro, olio evo, parmigiano gratt., basilico, aglio/cipolla Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo. Pomodori, basilico, olio evo.	Antipasto di verdure crude Pasta con zucchine e ricotta Prosciutto cotto Melanzane <i>fresche</i> (da aprile) Zucchine <i>fresche</i> (da maggio) Pane Mela (Aprile-Maggio;settembre e Ottobre) Albicocca (Giugno)	Carotine, pomodorini,olio evo. Pasta, zucchine <i>fresche</i> , ricotta vaccina, olio evo.
Martedì	Antipasto di verdure e legumi Minestra in brodo vegetale Cotoletta di pollo al forno Carote Pane Fragole (Aprile-Maggio) Pesca Giugno e Settembre) Kiwi (Ottobre)	Fagioli cannellini, pomodori in insalata, olio evo Pastina di semola, brodo vegetale, olio evo parmigiano gratt. Petto di pollo, uovo pangrattato, limone gratt., olio evo	Riso e piselli* Tortino di zucchine e pomodori su foglie di Iceberg Pane Kiwi (Aprile, Maggio e Ottobre) Pesca (Giugno-Settembre)	Riso, piselli, brodo vegetale, olio evo, parmigiano grattugiato. Pomodori, zucchine <i>fresche</i> , pane grattugiato, basilico, olio evo. Foglie di Iceberg per decorazione
Mercoledì	Insalata di pasta fredda <i>Frecandò</i> Pane semintegrale Pera (Aprile-Maggio;Settembre-Ottobre) Albicocche (Giugno)	Pasta di semola, pomodori d'insalata, tonno al naturale, mozzarella, olive nere denocciolate, olio evo, basilico. Zucchine e ,melanzane <i>fresche</i> , pomodori e peperoni <i>freschi</i> e patate, cipolla, olio evo.	Pasta al pomodoro Crocchette di pesce Patate lesse Pane semintegrale Pera (Aprile-Maggio;Settembre-Ottobre) Albicocche (Giugno-Luglio)	Pasta di semola, pomodoro, olio evo, parmigiano grattugiato, basilico Merluzzo , seppie, mollica di pane, uovo, parmigiano gratt. olio evo, prezzemolo, aglio, limone grattugiato, carota, cipolla, pomodoro, noce moscata, pangrattato.
Giovedì	Passato di verdure con orzo perlato Polpette di carne al pomodoro Melanzane <i>fresche</i> (da aprile) Zucchine <i>fresche</i> (da maggio) Pane Kiwi (Aprile, Maggio e Ottobre) Melone (Giugno-Settembre)	Brodo vegetale con pomodoro, carote <i>fresche</i> , patate, zucchine <i>fresche</i> cipolla; orzo perlato, olio evo, parmigiano grattugiato. Carne di manzo macinata, uovo, mollica di pane, latte, parmigiano grattugiato, olio evo, noce moscata. Polpa di pomodoro, cipolla.	Passato di verdure con orzo perlato Frittata Insalata di Pomodori e cetrioli Pane Mela(Aprile-Maggio; Ottobre) Susina (Giugno-Settembre)	Brodo vegetale con bietola*, carote <i>fresche</i> , patate, sedano cipolla; orzo perlato, olio evo, parmigiano grattugiato Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo.



Venerdi	Risotto con carciofi (fino a maggio)/zucchine (maggio-giugno) e zafferano Bocconcini di nasello al pomodoro Insalata mista Pane integrale Macedonia	Riso, carciofi,freschi /zucchine,fresche, brodo vegetale, zafferano, aglio, cipolla, olio evo, prezzemolo Nasello, pomodoro, olive nere denocciolate, aglio, olio evo. Lattuga, pomodoro, cetriolo Pesca, susina, mela, nocciole in granella, scaglie di cioccolato fondente al 70%	Pasta di farro con pomodorini e basilico Spezzatino di vitello Fagiolini* Pane semintegrale Banana Melone (Giugno-Settembre)	Pasta di farro, pomodorini, olio evo, basilico, parmigiano grattugiato Vitello, olio evo, rosmarino, aglio, patata, limone
---------	---	--	---	---



Menù primavera-estate Scuola dell'infanzia, sez. primavera e Scuola Primaria Comune di Ascoli Piceno

	5 settimana	Ingredienti	
Lunedì	Passato di verdure con orzo perlato Frittata Insalata di pomodori Pane integrale kiwi (Aprile, Maggio e Ottobre) Susina (Giugno-Settembre)	Brodo vegetale con pomodoro, carote, patate, zucchine,cipolla; orzo, olio evo, parmigiano grattugiato. Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo. Pomodori, olio evo.	
Martedì	Pasta con crema di peperoni e pomodori Petto di pollo con melanzane e fagioli cannellini in salsa di pomodoro Pane Mela (Aprile e Ottobre) Pesca (Maggio-Settembre)	Pasta di semola, peperoni, pomodori, cipolla, olio evo, ricotta vaccina, parmigiano grattugiato. Petto di pollo, farina, cipolla, brodo vegetale, melanzane, fagioli cannellini, olio evo, salsa di pomodoro	
Mercoledì	Pasta di farro con olio e parmigiano Cotoletta di mare Carote julienne Pane Macedonia	Pasta di farro, olio evo, parmigiano grattugiato. Filetto di platessa, pangrattato, scorza di limone grattugiata, aglio, rosmarino, olio evo. Pesca, fragole, albicocche e susine/prugne, succo di limone.	
Giovedì	Antipasto di verdura in pinzimonio Zuppa di legumi e cereali Patate e pomodorini al forno Pane semintegrale Pera (Aprile-Maggio;Ottobre) Susina/Prugna (Giugno-Settembre)	Pomodori, cetrioli e carote, olio evo. Brodo vegetale, Fagioli , lenticchie ceci, piselli , miglio, olio evo,parmigiano gratt. Patate, pomodorini, rosmarino, olio evo	
Venerdì	Risotto alla pescatora Polpette di pesce croccanti al forno Insalata verde Pane Banana Albicocche (Giugno)	Riso, totani, seppie, vongole sgusciate, brodo vegetale, pomodoro, olio evo. Filetti di merluzzo e seppie mollica di pane, uovo, parmigiano gratt. olio evo, prezemolo, aglio, limone grattugiato, carota, cipolla, pomodoro, noce moscata. Pangrattato. Lattuga, cetriolo, olio evo	