

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

		1 settimana		Ingredienti		2 settimana		Ingredienti	
Lunedì		Passato di verdure* con pastina		Verdure miste, pastina di semola, olio evo, parmigiano grattugiato.		Risotto con seppioline		Riso, seppioline, carota, sedano, cipolla, aglio, polpa di pomodoro, brodo, olio evo.	
		Sformato di ricotta e broccoletti		Ricotta vaccina, broccoletti <i>freschi</i> uova, mollica di pane olio evo, pangrattato.		Prosciutto cotto			
		Insalata mista		Lattuga romana, carote, olio evo		Spinaci*			
		Pane semintegrale				Pane semintegrale		Arancia	
		Pera				Spremuta d'arancia o arancia			
Martedì		Pasta di farro al pomodoro		Pasta di farro, pomodoro pelato, olio evo, parmigiano grattugiato.		Minestra di verdure* con pastina		Pastina di semola, bietola, patate, cipolla, sedano, olio evo, parmigiano grattugiato	
		Spezzatino di vitello		Vitello, olio evo, rosmarino, aglio, patata, limone.		Frittata al pomodoro		Uovo, pomodoro, cipolla, olio evo,	
		Spinaci*				Insalata di finocchi e olive nere		parmigiano grattugiato, menta.	
		Pane				denocciolate		Finocchio, olive nere denocciolate,	
		Clementine				Pane		olio evo	
Mercoledì						Mela			
		Antipasto di verdure crude		Carote a bastoncini e finocchi a spicchi		Pasta al pomodoro		Pasta di semola, pomodoro pelato,	
		Pasta e fagioli borlotti		Pasta di semola, fagioli borlotti, pomodoro, sedano, carota, cipolla, parmigiano grattugiato, olio evo.		Cotoletta di pollo al forno		olio evo, parmigiano grattugiato,	
		Polpette di verdure*		Bietola, carote, patate, porri, pangrattato, parmigiano grattugiato, uovo, prezzemolo.		Insalata verde		basilico, aglio/cipolla	
		Pane				Pane semintegrale		Petto di pollo, uovo pangrattato,	
Giovedì		Mela				Pera		limone gratt. ,olio evo.	
		Pasta con cime di rapa		Pasta di semola, cime di rapa <i>fresche</i> , olio evo, parmigiano grattugiato, aglio, alici sott'olio.		Antipasto: Sformatini di carote e patate		Insalata gentilina e Iceberg	
		Frittata				Pasta e ceci			
		Finocchi in insalata		Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo.		Bietola* e carotine		Pasta di semola, ceci, pomodoro,	
		Pane semintegrale		Finocchi, olio evo.		Pane		sedano, carota, cipolla, parmigiano grattugiato, olio evo.	
Venerdì		Arancia				kiwi		Farina, zucchero, olio evo, mele, uova, lievito vanigliato, latte a ridotto contenuto di lattosio, limone grattugiato.	
		Pasta olio e parmigiano		Pasta di semola, olio evo, parmigiano grattugiato.		Torta di mele			
		Filetto di platessa panato al forno		Filetto di platessa, pangrattato, scorza di limone grattugiata, aglio, rosmarino, olio evo.		Pasta con la zucca		Pasta di semola, zucca <i>fresca</i> , olio evo, brodo vegetale, scalogno, parmigiano grattugiato.	
		Patate lesse		Patate, olio evo, prezzemolo.		Polpette di merluzzo		Merluzzo, mollica di pane, uovo,	
		Pane		Mela, banana, mandorle in granella e scaglie di cioccolato fondente al 70%		Insalata bicolore		parmigiano gratt. olio evo,	
Surgelato		Macedonia				Pane		prezzemolo, aglio, limone	
						Clementine		grattugiato, carota, cipolla,	
								pomodoro, noce moscata.	
								Lattughino e radicchio rosso	



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

	3 settimana	Ingredienti	4 settimana	Ingredienti
Lunedì	Pasta di farro al pomodoro Sformato di formaggio e zucca Carote julienne Pane semintegrale Mela Minestra in brodo vegetale Bocconcini di tacchino al limone Bietola* Pane Arancia	Pasta di farro integrale, pomodoro pelato, olio evo, parmigiano grattugiato, basilico, aglio/cipolla. Robiola, zucca <i>fresca</i> , pane, uova, olio evo, odori/herbe aromatiche. Carote, olio evo. Pastina di semola, brodo vegetale con patata, zucca e carota <i>fresche</i> , sedano, cipolla e bietola <i>freschi</i> , olio evo, parmigiano grattugiato. Tacchino, olio evo, rosmarino, aglio, patata, limone. Carote a bastoncini e finocchi a spicchi Orzo perlato, piselli, cipolla, olio evo, parmigiano grattugiato, brodo vegetale. Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo. Lattuga romana e iceberg.	Antipasto di verdure crude Tortellini di carne al pomodoro Palline di cavolfiore Pane Pera Crema di zucca e ceci con crostini di pane integrale Coscia di pollo Insalata bicolore Mela	Carote a bastoncini, finocchi a spicchi Tortellini di carne (Manzo), pomodoro pelato, olio evo, parmigiano grattugiato. Cavolfiori <i>freschi</i> , patate, uova, parmigiano grattugiato, olio evo pangrattato. Zucca <i>fresca</i> , ceci, bietolina* cipolla, olio evo, parmigiano grattugiato, crostini di pane integrale. Lattughino e radicchio rosso, olio evo
Mercoledì	Antipasto di verdure crude Orzo perlato con piselli* Frittata Insalata verde Pane semintegrale Kiwi	Carote a bastoncini e finocchi a spicchi Orzo perlato, piselli, cipolla, olio evo, parmigiano grattugiato, brodo vegetale. Uovo, parmigiano grattugiato, latte, limone grattugiato, olio evo. Lattuga romana e iceberg.	Pasta di farro tonno e olive al pomodoro Polpette di pesce e verdure Pane Arancia	Pasta di farro, tonno, pomodoro pelato, olive verdi e nere denociolate, olio evo. Merluzzo e seppia, mollica di pane, uovo, parmigiano gratt. olio evo, prezzemolo, aglio, limone grattugiato, carota, cipolla, pomodoro, noce moscata.
Giovedì	Pasta alla crema di spinaci Cotoletta di mare Finocchi in insalata Pane Banana	Pasta, spinaci, olio evo, parmigiano grattugiato, brodo vegetale, sedano, carote, cipolla. Filetti di platessa, pangrattato, scorza di limone grattugiata, aglio, rosmarino, olio evo. Finocchi a tocchetti, olio evo.	Minestra in brodo vegetale con riso integrale Asiago Spinaci Pane semintegrale Clementina	Riso integrale, brodo vegetale (bietola, carota, sedano, patata) olio evo, parmigiano grattugiato.
Venerdì	Zuppa di legumi e cereali Crocchette di cicoria* e patate Pane Macedonia	Brodo vegetale con bietola, carota, zucca, cipolla, sedano, patata <i>fresche</i> . Fagioli, lenticchie ceci, piselli, farro, olio evo, parmigiano gratt. Cicoria, patate, uovo, pangrattato, parmigiano, aglio, olio evo, prezzemolo. Arance, pere, gherigli di noci e scaglie di cioccolato fondente al 70%	Risotto allo zafferano Nasello panato Carote julienne Pane Mela	Riso, brodo vegetale (bietola, carota, patata, sedano, cipolla) olio evo, zafferano, parmigiano grattugiato. Nasello, pangrattato, scorza di limone grattugiata, aglio, rosmarino, olio evo.

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

	5 settimana	Ingredienti	Ingredienti
Lunedì	Antipasto di verdure crude Minestra con pastina all'uovo in brodo vegetale Prosciutto cotto Bietola * Pane integrale Spremuta d'arancia o arancia Pasta olio e parmigiano	Radicchio, lattuga romana, olio evo e succo di limone. Pastina all'uovo, brodo vegetale con bietola, carota, sedano, cipolla e patata (verdure fresche), olio evo, parmigiano gratt.	
Martedì	Filetto di platessa al forno Carote julienne Pane Macedonia	Arancia Pasta di semola, olio evo parmigiano grattugiato Filetti di platessa, pangrattato, scorza di limone grattugiata, aglio, rosmarino, olio evo. Arancia, mele e gherigli di noci , scaglie di cioccolato fondente al 70%.	
Mercoledì	Pasta di farro al ragù di carne di manzo Crocchette di verdure miste Pane semintegrale Kiwi	Pasta di farro, Carne di manzo tritata, salsa di pomodoro, olio evo, parmigiano grattugiato. Cicoria*, carote, patate, uovo, pangrattato, olio evo. Rucola per decorazione	
Giovedì	Passato di verdure con orzo perlato Polpetta/sformato di ceci Insalata mista Pane Banana	Verdure miste*, orzo perlato, Olio evo parmigiano grattugiato. Ceci, uovo, parmigiano grattugiato, cipolla e carota, olio evo, pangrattato. Pan di zucchero, carote e finocchi olio evo.	
Venerdì	Pasta alla crema di broccoli Merluzzo in umido Patate al forno Pane Mela	Pasta, broccoli freschi, olio evo, cipolla, brodo vegetale, parmigiano grattugiato. Merluzzo, polpa di pomodoro, olive nere denocciolate, olio evo, aglio, basilico.	

