

Servizio di ristorazione scolastica per gli alunni e il personale scolastico delle scuole dell'infanzia, primarie e secondarie di primo grado del Comune di Gubbio, Gualdo Tadino, Sigillo, Costacciaro, Scheggia e P., Pietralunga, Montone, Valfabbrica
Validato Ausl Umbria 1 - Prot. 196981 del 06/11/2019

MENU AUTUNNO – INVERNO INFANZIA, PRIMARIA E MEDIA ARTICOLATO SU 5 SETTIMANE

1° settimana	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
Spuntino ore 09:30 circa solo per scuole dell'infanzia e primarie a tempo pieno	Pane con olio	Schiacciata rosmarino	Yogurt alla Frutta e biscotti secchi	Dolce artigianale (TORCOLO)	Frutta fresca e fette biscottate
	Pasta al ragù di verdure	Pasta olio e salvia con cannellini	Risotto con verdure	Pasta al pomodoro	Orzo con verdure
	Fesa di tacchino al forno	Frittata con verdure	Prosciutto crudo	Mozzarelline o Formaggio morbido	Pesce alla mugnaia
	Verdura cruda	Verdura cotta	Verdura cruda	Piselli	Patate arrosto
	Pane	Pane integrale	Pane		
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta cotta	Frutta fresca
	02/12/2019	03/12/2019	04/12/2019	05/12/2019	06/12/2019
2° settimana	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
Spuntino ore 09:30 circa solo per scuole dell'infanzia e primarie a tempo pieno	Pane e olio	Dolce artigianale (CROSTATA)	Yogurt alla Frutta e fette biscottate	Frutta fresca e biscotti secchi	Schiacciata rosmarino
	Risotto con piselli	Pasta al pomodoro	Crema di verdure e orzo	Gnocchi al ragù	Polenta al pomodoro
	Polpette di ricotta e spinaci	Spezzatino di tacchino	Pesce al forno	Insalata di legumi	Frittata al forno
	Verdura cotta	Verdura cruda	Verdura cotta	Verdura cruda	Verdura cruda filange
	Pane comune	Pane integrale	Pane comune	Pane integrale	Pane comune
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta cotta	Frutta fresca
	09/12/2019	10/12/2019	11/12/2019	12/12/2019	13/12/2019
3° settimana	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
Spuntino ore 09:30 circa solo per scuole dell'infanzia e primarie a tempo pieno	Yogurt alla Frutta e biscotti secchi	Pane e olio	Schiacciata al rosmarino	Dolce artigianale (PLUM CAKE)	Frutta fresca e fette biscottate
	Pasta pomodoro	Risotto in bianco	Pasta alle verdure e al pomodoro	Pasta e fagioli	Minestra di legumi passati e orzo
	Rollè di tacchino	Pesce gratinato	Straccetti di carne bianca	Frittata con verdura	Formaggio morbido
	Piselli in bianco	Patate arrosto	Verdura cruda	Verdura cruda	Verdura cotta
			Pane comune	Pane integrale	Pane
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
	16/12/2019	17/12/2019	18/12/2019	19/12/2019	20/12/2019
4° settimana	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
Spuntino ore 09:30 circa solo per scuole dell'infanzia e primarie a tempo pieno	Frutta fresca e biscotti secchi	Pane e marmellata	Yogurt alla Frutta e fette biscottate	Schiacciata al rosmarino	Dolce artigianale (TORCOLO)
	Risotto con zucca gialla	Minestra di pasta e ceci	Pasta olio e zafferano	Risotto con lenticchie decorticate	Pasta al pomodoro
	Prosciutto crudo	Polpette/hamburger di chianina IGP al pomodoro	Pesce al pomodoro	Petto di pollo al limone	Formaggio a pasta molle
	Verdura cotta	Verdura cruda	Verdura cotta	Verdura cruda	Verdura cotta
	Pane integrale	Pane comune	Pane integrale	Pane comune	Pane comune
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta cotta	Frutta fresca	Frutta fresca
	07/01/2020	08/01/2020	09/01/2020	10/01/2020	
5° settimana	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
Spuntino ore 09:30 circa solo per scuole dell'infanzia e primarie a tempo pieno	Frutta fresca e fette biscottate	Pane e olio	Yogurt alla Frutta e biscotti secchi	Dolce tipo casalingo (CROSTATA)	Schiacciata rosmarino
	Pasta e patate	Risotto con verdure	Pasta al pomodoro	Quadrucchi con crema di ceci	Minestrone di verdure e orzo
	Omlette con verdure	Polpette di pesce	Arista al forno	Formaggio morbido	Crocchette di pollo al forno
	Verdura cotta	Verdura cruda	Verdura cotta	Verdura cruda	Verdura cotta
	Pane comune	Pane integrale	Pane comune	Pane comune	Pane integrale
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
	13/01/2020	14/01/2020	15/01/2020	16/01/2020	17/01/2020

CONSIGLI PER LA CENA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
1° settimana	Primo piatto al pomodoro Pesce Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto al pesto Carne rossa Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto in bianco Crostino con mozzarella e verdura Frutta	Piatto unico con Legumi Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdure Carne bianca Contorno, Pane, Frutta
2° settimana	Primo piatto al pomodoro Carne bianca Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdure, Salumi, Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico, Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto in bianco, , Pesce, Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdure, , salumi, Contorno, Pane, Frutta
3° settimana	Primo piatto con verdure , Pesce, Contorno Pane, Frutta	Piatto unico: polenta pasticciata al ragù, Contorno, Pane Frutta	Pizza, Contorno crudo, Frutta	Primo piatto con verdure, Carne rossa, Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico con legumi Contorno, Pane, Frutta
4° settimana	Primo piatto al pesto, pesce, Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico con legumi, Contorno, Pane, Frutta	Pizza, Contorno, Frutta	Primo piatto con verdure, , Uovo, Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdure, Pesce, Contorno, Pane, Frutta
5° settimana	Primo piatto con verdure tonno /pesce, Contorno Pane, Frutta	Piatto unico con pasta ripiena, Contorno, Pane Frutta	Piatto unico con legumi, Contorno, Pane Frutta	Piatto unico con pesce, Contorno, Pane Frutta	Primo piatto in bianco, Salumi, Contorno, Pane Frutta