

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	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Spuntino* ore 09:30 circa solo per scuole dell'infanzia e primarie a tempo pieno	Pane con olio	Schiacciata rosmarino	Yogurt alla Frutta + fette biscottate	Dolce artigianale	Pane e marmellata
	Orzo con verdure	Pasta olio e salvia con cannellini	Risotto con verdure	Pasta al pomodoro	Pasta al ragù di verdure
	Prosciutto crudo	Frittata con verdure	Fesa di tacchino al forno	Mozzarelline o Formaggio morbido	Pesce alla mugnaia
	Patate lesse	Verdura cotta	Piselli in bianco	Verdura cruda	Verdura cruda
	Frutta fresca	Pane integrale	Frutta fresca	Pane integrale	Pane comune
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta cotta	Frutta fresca
	28/10/2019	29/10/2019	30/10/2019	31/10/2019	01/11/2019
2° settimana	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Spuntino* ore 09:30 circa solo per scuole dell'infanzia e primarie a tempo pieno	Pane e olio	Dolce artigianale	Yogurt bianco e frutta	Pane e prosciutto	Pane e olio
	Risotto con piselli	Pasta al pomodoro	Crema di verdure e orzo	Gnocchi al ragù	Polenta al pomodoro
	Polpette di ricotta e spinaci	Pesce al forno	Spezzatino di tacchino	Frittata al forno	Insalata di legumi
	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
	04/11/2019	05/11/2019	06/11/2019	07/11/2019	08/11/2019
3° settimana	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Spuntino* ore 09:30 circa solo per scuole dell'infanzia e primarie a tempo pieno	Frutta e yogurt bianco	Pane e olio	Schiacciata con noci	Dolce artigianale	Pane e prosciutto
	Pasta pomodoro	Minestra di legumi passati e orzo	Pasta alle verdure e al pomodoro	Pasta e fagioli	Risotto in bianco
	Rollè di tacchino	Formaggio morbido	Straccetti di carne bianca	Frittata con verdura	Seppie gratinate
	Piselli in bianco	Patate arrosto	Verdura cruda	Verdura cruda	Verdura cotta
	Frutta fresca	Frutta fresca	Pane comune	Pane integrale	Pane comune
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
	11/11/2019	12/11/2019	13/11/2019	14/11/2019	15/11/2019
4° settimana	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
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
	18/11/2019	19/11/2019	20/11/2019	21/11/2019	22/11/2019
5° settimana	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
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 (CROSTATATA)	Schiacciata rosmarino
	Pasta e patate	Risotto con verdure	Pasta al pomodoro	Quadrucci con crema di ceci	Minestrone di verdure e orzo
	Omelette 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
	25/11/2019	26/11/2019	27/11/2019	28/11/2019	29/11/2019

***nel Comune di Gubbio e nei Comuni di Gualdo Tadino e Sigillo dal 28/10/2019 al 15/11/2019 per lo spuntino mattutino verranno erogati i seguenti prodotti:- Yogurt (2 volte a settimana)- Frutta fresca di stagione (2 volte a settimana)- Dolcetto tipo plum cake o crostatina (1 volta a settimana)**

CONSIGLI PER LA CENA

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
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