

SCUOLA MATERNA di Chiusa di San Michele
Via Ex Combattenti 10, 10050 Chiusa di San Michele (TO)
MENU' INVERNALE (Ottobre, Novembre, Dicembre, Gennaio)
SCUOLA MATERNA
1^ SETTIMANA

LUNEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA

PANE E MARMELLATA (pane 25 gr., marmellata 15 gr.)

PRANZO:

MINISTRINA IN BRODO VEGETALE (pastina gr. 30, parmigiano 5 gr., olio d'oliva 5 gr.,
brodo vegetale, aromi e sale q.b.)

PETTO DI POLLO AL LIMONE (carne di pollo 70 gr., olio d'oliva 5 gr., farina, limone, aromi e sale q.b.)

PUREA DI PATATE (patate 110 gr., latte parz. screm., burro 5 gr., parmigiano 7 gr)

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA:

PANE E CIOCCOLATO (pane 25 gr., cioccolato 10 gr.)

MARTEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA:

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

PRANZO:

GNOCCHI ALLA ROMANA (semola 40 gr., latte parz. scr. 10 gr., besciamella (latte p.scr 10 gr.,
farina 5 gr. , parmigiano 7 gr., olio d'oliva 5 gr., acqua e sale q.b.)

AFFETTATO DI TACCHINO (affettato di tacchino 60 gr.)

FAGIOLINI SALTATI (fagiolini freschi o surgelati 60 gr., olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA:

YOGURT (125 gr.)

MERCOLEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA:

BISCOTTI (20 gr.)

PRANZO:

PIZZA MARGHERITA (farina 40 gr., pomodori pelati 40 gr., mozzarella 60 gr., parmigiano 7 gr.,
olio d'oliva 5 gr., acqua, lievito, aromi e sale q.b.)

CAROTE ALL'OLIO (carote fresche o surgelate 60 gr., olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA:

FRUTTA (frutta fresca di 120 gr.)

GIOVEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

PRANZO:

RISO CON CREMA DI ZUCCHINE (riso 40 gr., parmigiano 7 gr., olio di oliva 5 gr., zucchine 20 gr., aromi q.b.)

FRITTATA DI PATATE COTTA AL FORNO (uova past. 50 gr., patate 30 gr., parmigiano 7 gr.,

olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)

PISELLI IN UMIDO (piselli freschi o surgelati 80 gr., pomodori pelati 30 gr., olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA:

PANE E PROSCIUTTO (pane 25 gr., prosciutto 10 gr.)

VENERDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA:

PANE E CIOCCOLATO (pane 25 gr., cioccolato 10 gr.)

PRANZO:

PASTA AL PESTO (pasta 40 gr., pesto 10 gr., parmigiano 7 gr., aromi e sale q.b.)

FILETTI DI PESCE ALLA MEDITERRANEA (filetti di pesce 90 gr., pomodori pelati 20 gr.,
olio d'oliva 5 gr verdure (sedano, carota, ecc,) 15 gr., aromi e sale q.b.)

FINOCCHI IN INSALATA (finocchi 80 gr., olio d'oliva 5 gr. , limone e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA:

BUDINO (budino 120 gr.)

PANE A PRANZO 40 GR.

SCUOLA MATERNA di Chiusa di San Michele
Via Ex Combattenti 10, 10050 Chiusa di San Michele (TO)
MENU' INVERNALE (Ottobre, Novembre, Dicembre, Gennaio)
SEZIONE PRIMAVERA
1^ SETTIMANA

LUNEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA:

YOGURT (gusti: naturale, mela, pera, banana gr. 125)

PRANZO:

MINISTRINA IN BRODO VEGETALE (brodo vegetale con patate, carote, zucchine gr. 25, pastina gr. 5
parmigiano gr.5, olio d'oliva gr. 5)

PETTO DI POLLO AL LIMONE (carne di pollo gr. 50, olio d'oliva gr.5, farina aromi (limone) sale q.b.)

PUREA DI PATATE (patate gr 80., latte parz. screm., burro 5 gr., parmigiano)

FRUTTA (frutta fresca di stagione gr. 100)

MERENDA: FRUTTA (mela, e/o pera e/o banana gr. 100)

MARTEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA:

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

PRANZO:

PASTA AL POMODORO (pasta gr. 40, pomodori pelati gr. 30, olio d'oliva 5 gr., parmigiano gr. 5, aromi e sale)

AFFETTATO DI PROSCIUTTO COTTO (50 gr.)

FAGIOLINI SALTATI (fagiolini freschi o surgelati 60 gr., olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione gr. 100)

MERENDA: YOGURT (gusti: naturale, mela, pera, banana gr. 125)

MERCOLEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA:

LATTE CON FETTE BISCOTTATE (latte parz. scr. gr. 120, zucchero e miele 5 gr, fette biscottate gr. 30)

PRANZO:

PASSATO DI VERDURE CON CROSTINI (verdure miste di stagione 50 gr., patate 40 gr., parmigiano 5 gr., olio oliva)
RICOTTA (ricotta gr. 80)

MACEDONIA DI VERDURE (patate 40 gr, piselli 10 gr, zucchine, fagiolini o cavolfiori 25 gr, aromi e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione gr. 100)

MERENDA: FRUTTA (gr. 100)

GIOVEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA:

THE' CON BISCOTTI (the' deteinato, biscotti 30 gr.)

PRANZO:

RISO CON ZUCCHINE (riso 40 gr, olio di oliva 5 gr, parmigiano 5 gr, zucchine 20 gr., aromi e sale)

FRITTATA DI PATATE COTTA AL FORNO (uova past. gr. 50 (1), patate 50 gr.,
latte parz. scr. gr. 10 parmigiano gr. 5 olio d'oliva gr. 5 aromi e sale q.b.)

PISELLI IN UMIDO (piselli freschi o surgelati gr. 60, pomodori pelati 30 gr., olio d'oliva gr. 7 aromi e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione gr 100)

MERENDA : FRUTTA (mela, e/o pera e/o banana gr. 100)

VENEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA: YOGURT (gusti: naturale, mela, pera, banana gr. 125)

PRANZO:

PASTA AL PESTO (pasta gr. 40 pesto, gr. 10 olio d'oliva, gr. 5 parmigiano, gr.5 aromi e sale q.b.)

PLATESSA AL POMODORO (platessa gr.60, pomodori pelati gr.30, olio d'oliva gr.5, pangrattato aromi e sale q.b.)

FINOCCHI IN INSALATA (finocchi 60 gr., gr. 60 olio d'oliva gr. 5, limonee sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione gr. 100)

MERENDA: BUDINO (gr. 120)

PANE A PRANZO 20 GR.

SCUOLA MATERNA di Chiusa di San Michele
Via Ex Combattenti 10, 10050 Chiusa di San Michele (TO)
MENU' INVERNALE (Ottobre, Novembre, Dicembre, Gennaio)
SCUOLA DELL'INFANZIA
2^ SETTIMANA

LUNEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

PRANZO:

PASTA AL RAGU' VEGETALE (pasta 40 gr., pomodori pelati 40 gr., parmigiano 7 gr.,
olio d'oliva 5 gr., basilico e sale q.b.)

CROCCHETTE DI MAGRO COTTE AL FORNO (ricotta 40 gr., spinaci 30 gr., patate 15 gr., uova past. 1x10, parmigiano
7 gr., olio di oliva 5 gr., pangrattato aromi, q.b.)

COSTINE SALTATE (costine fresche o surgelate gr. 60, olio d'oliva gr 7, aromi e sale q.b.).

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.9

MERENDA: TORTA MARGHERITA (30 gr.)

MARTEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA:

PANE E MARMELLATA (pane 25 gr., marmellata 15 gr.)

PRANZO:

RISO AL POMODORO (riso 50 gr., parmigiano 7 gr., pomodori pelati., verdure miste., olio d'oliva 5 gr., brodo vegetale, aromi
e sale q.b.)

PROSCIUTTO COTTO (affettato di prosciutto cotto 60 gr.)

INSALATA DI CAROTE (carote 60 gr., olio d'oliva 5 gr., limone e/o aceto, aromi e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA: FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERCOLEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA:

YOGURT (yogurt alla frutta 120 gr.)

PRANZO:

PASTA OLIO E PARMIGIANO (pasta 40 gr., parmigiano 7 gr., olio d'oliva 5 gr, aromi e sale q.b.)

FRITTATA DI VERDURE COTTA AL FORNO (uova past 50 gr. verdure fresche o surgelate 30 gr.,
latte parz. scr. 10 gr., parmigiano 7 gr., olio d'oliva 5 g.r, aromi
e sale q.b.)

PISELLI IN UMIDO (piselli freschi o surgelati 80 gr, pomodori pelati 20 gr. ,olio d'oliva 5 gr.
aromi e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA:

PANE E PROSCIUTTO (pane 25 gr. , prosciutto cotto 10 gr.)

GIOVEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA

PANE E CIOCCOLATO (pane 25 gr., cioccolato 10 gr.)

PRANZO:

PASTA CON RICOTTA (pasta 40 gr., parmigiano 7 gr. , ricotta 20 gr., olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)

BOCCONCINI DI TACCHINO IN UMIDO (carne di tacchino 70 gr. , pomodori pelati 20 gr.,
sedano, carote, cipolle 15 gr., olio d'oliva 5 gr., brodo vegetale, aromi e sale q.b.)

INSALATA MISTA (insalata verde di stagione 40 gr. , finocchi gr., olio d'oliva 5 gr., limone e/o aceto, aromi e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione)

MERENDA:

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

VENERDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA:

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

PRANZO:

VELLUTATA DI PORRI E ZUCCA CON CROSTINI (crostini 20 gr., porri e zucca 60 gr.,
patate 40 gr., parmigiano 7 gr., olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)

BASTONCINI DI PESCE AL FORNO (filetti di pesce 90 gr , pangrattato, olio d'oliva, aromi e sale q.b.)

PATATE E VERDURE ALL'OLIO (patate 40 gr., carote 30 gr., olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA:

BUDINO AL CIOCCOLATO (budino 120 gr.)

PANE A PRANZO 40 GR.

SCUOLA MATERNA di Chiusa di San Michele
Via Ex Combattenti 10, 10050 Chiusa di San Michele (TO)
MENU' INVERNALE (Ottobre, Novembre, Dicembre, Gennaio)

SEZIONE PRIMAVERA

2^ SETTIMANA

LUNEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA:

LATTE CON FETTE BISCOTTATE (latte par. scr. gr. 120, zucchero o miele gr. 5, fette biscottate gr 30)

PRANZO:

PASTA AL RAGU' VEGETALE (pasta gr. 40 pomodori pelati, gr. 30 carote, cipolle, sedano ecc. gr. 10
olio d'oliva gr. 5, parmigiano gr. 5, armi e sale q.b.)

MOZZARELLA (mozzarella gr. 60)

COSTINE SALTATE (costine fresche o surgelate gr. 60, olio d'oliva gr 7, aromi e sale q.b.).

FRUTTA (frutta fresca di stagione gr. 100)

MERENDA: FRUTTA (gr. 100)

MARTEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA:

LATTE CON BISCOTTI (latte par. scr.gr. 120, zucchero o miele gr. 5, biscotti secchi 30 gr)

PRANZO:

RISO AL POMODORO (riso gr.40, pomodori pelati gr. 30, olio d'oliva gr. 5 parmigiano gr 5 aromi e sale q.b.)

AFFETTATO DI PROSCIUTTO (prosciutto gr. 50)

INSALATA DI CAROTE (carote gr.60, olio d'oliva gr. 7 limone e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione gr. 100)

MERENDA: FRUTTA (gr. 100)

MERCOLEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA:

FRUTTA (frutta fresca di stagione gr.100)

PRANZO:

PASTA OLIO E PARMIGIANO (pasta gr. 40 olio d'oliva gr. 5 parmigiano gr. 5 aromi e sale q.b.)

FRITTATA DI VERDURE COTTA AL FORNO (uova past. gr, 50 (1)verdure fresche o surgelate gr. 30

(latte parz. scr. gr. 10 parmigiano gr. 5 olio d'oliva gr. 5 aromi e sale q.b.)

PISELLI IN UMIDO (piselli freschi o surgelati gr. 60 pomodori pelati gr. 30 olio d'oliva gr. 7 aromi e sale q.b.)

FRUTTA (FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GR. 100)

MERENDA: YOGURT gusti: naturale, mela, pera, banana 120 gr.

GIOVEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA:

TE' CON FETTE BISCOTTATE (tè deteinato q.b., zucchero o miele gr. 5, fette biscottate gr. 30)

PRANZO:

POLENTA CON (farina di mais gr. 40 olio d'oliva gr. 5 parmigiano gr. 5
gr. 10 aromi e sale q.b.)

BOCCONCINI DI TACCHINO IN UMIDO (bocconcini di tacchino gr. 50 pomodori pelati gr. 30 olio d'oliva gr. 5
aromi e sale q.b.)

INSALATA MISTA INVERNALE (insalata verde e/o rossa gr. 20 finocchi gr. 20 olio d'oliva gr. 7 limone e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione gr. 100)

MERENDA: FRUTTA (gr. 100)

VENERDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA: FRUTTA (100 gr)

PRANZO:

CREMA DI ZUCCA CON CROSTINI (patate 40 gr., zucca 50 gr., sale qb, parmigiano gr. 5, olio d'oliva gr 5)

PLATESSA IMPANATA AL FORNO (platessa gr 60, uova past. gr 5 (1x 10) olio d'oliva gr. 5,
pangrattato aromi e sale q.b.)

MACEDONIA DI VERDURE (patate 40 gr., verdure miste 30 gr.,olio oliva 5 gr.,
aromi q.b)

FRUTTA (frutta fresca di stagione gr. 100)

MERENDA: BUDINO AL CIOCCOLATO (120 gr)

PANE A PRANZO GR. 20

SCUOLA MATERNA di Chiusa di San Michele
Via Ex Combattenti 10, 10050 Chiusa di San Michele (TO)
MENU' INVERNALE (Ottobre, Novembre, Dicembre, Gennaio)
SCUOLA DELL'INFANZIA
3^ SETTIMANA

LUNEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA YOGURT (yogurt alla frutta 125 gr.)

PRANZO:

PASSATO DI LEGUMI CON PASTA (verdure miste fresche o surgelate 60 gr., patate 40 gr., legumi secchi 10gr.,
parmigiano 7 gr., olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)

TOMINI FRESCHI (60 gr.)

PATATE AL FORNO (patate 60 gr. , olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA:

CROSTATA (crostata 30 gr.)

MARTEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA: PANE E CIOCCOLATO (pane 25 gr., cioccolato)

PRANZO:

PASTA AL PESTO (pasta 40 gr.,40 gr., parmigiano 7 gr., pesto e sale q.b.)

PETTO DI TACCHINO ALLA MILANESE AL FORNO (carne di pollo gr. 70, uova pastorizzate 5 gr., pangrattato, olio
d'oliva gr. 5, aromi e sale q.b.)

BROCCOLI SALTATI (broccoli 60 gr. , olio d'oliva 5 gr. ,aromi e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA:

YOGURT (yogurt alla frutta 125 gr.)

MERCOLEDI'

SPUNTINO DI MATTINA

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

PRANZO:

PASTA GRATINATA AL FORNO (pasta 40 gr. , pomodori 40 gr., besciamella 10 gr., parmigiano 7 gr.,
olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)

AFFETTATO DI PROSCIUTTO COTTO (60 gr.)

INSALATA VERDE (insalata verde di stagione 40 gr., ,olio d'oliva 5 gr., limone e/o aceto ,sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA:

CRACKERS (20 gr.)

GIOVEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA PANE E MARMELLATA (pane 25 gr., marmellata 15 gr.)

PRANZO:

MINISTRINA IN BRODO VEGETALE (brodo vegetale con patate carote sale q.b., pastina gr 25, parmigiano gr. 5,
olio d'oliva gr 5)

FILETTI DI NASELLO AL PREZZEMOLO (nasello 90 gr., olio d'oliva , prezzemolo e sale q.b.)

VERDURE MISTE BRASATE (piselli freschi o surgelati 30 gr. , carote 20 gr., piselli 30gr.,
olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 g.,)

MERENDA: FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 g.,)

VENERDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA: FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

PRANZO:

RISOTTO OLIO E PARMIGIANO (pasta 40 gr., parmigiano 7 gr., olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)

FRITTATA CON VERDURE COTTA AL FORNO (uova past. 50 gr., verdure fresche
o surgelate 30 gr., latte parz. scr.10 gr., parmigiano 7 gr., aromi e sale q.b.)

PISELLI IN UMIDO (piselli freschi o surgelati 80 gr., olio d'oliva 5 gr, aromi e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione 20 gr)

MERENDA: BUDINO ALLA VANIGLIA (budino 125 gr.)

PANE A PRANZO 40 GR.

SCUOLA MATERNA di Chiusa di San Michele
Via Ex Combattenti 10, 10050 Chiusa di San Michele (TO)
MENU' INVERNALE (Ottobre, Novembre, Dicembre, Gennaio)
SEZIONE PRIMAVERA
3^ SETTIMANA

LUNEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA: YOGURT (gusti: naturale, mela, pera, banana) 120 gr

PRANZO:

PASSATO DI LEGUMI CON PASTA (legumi secchi gr. 20, patate gr. 40, parmigiano gr. 5, pasta 20 gr.,
olio d'oliva gr. 5 aromi e sale q.b.)

MOZZARELLA (gr 60)

MACEDONIA DI VERDURE (verdure a scelta tra: patate gr. 40, fagiolini o zucchine, gr 25 piselli freschi o surgelati gr 10, olio,
aromi q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione gr. 100)

MERENDA FRUTTA (frutta fresca di stagione gr. 100)

MARTEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA:

LATTE CON FETTE BISCOTTATE (latte par. scr. gr. 120, zucchero o miele gr. 5, fette biscottate gr. 30)

PRANZO:

PASTA AL PESTO (pasta gr. 40, olio d'oliva gr 5, pesto 10 gr., parmigiano gr 5, aromi e sale q.b.)

PETTO DI TACCHINO ALLA MILANESE AL FORNO (carne di pollo gr. 50, uova pastorizzate 5 gr., pangrattato, olio
d'oliva gr. 5, aromi e sale q.b.)

COSTINE ALL'OLIO (costine fresche o surgelate gr. 60, olio d'oliva gr 7, aromi e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione gr 100)

MERENDA: YOGURT (naturale , mela, pera, banana 120 gr)

MERCOLEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA: YOGURT (naturale , mela, pera, banana 120 gr)

PRANZO:

PASTA AL RAGU' VEGETALE (pasta gr 40, olio d'oliva gr. 5, pomodori pelati 30 gr,
verdure miste 10 gr, parmigiano gr 5, aromi e sale q.b.)

PROSCIUTTO COTTO (prosciutto cotto gr. 50)

INSALATA VERDE (insalata verde gr. 40, olio d'oliva gr. 7, limone e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione gr 100)

MERENDA: FRUTTA (frutta fresca di stagione gr 100)

GIOVEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA: TE' CON BISCOTTI (tè det.q.b, zucchero o miele gr 5, biscotti gr. 30)

PRANZO:

MINISTRINA IN BRODO VEGETALE (brodo vegetale con patate carote sale q.b., pastina gr 25, parmigiano gr. 5,
olio d'oliva gr 5)

PLATESSA OLIO E LIMONE (platezza gr. 60, olio d'oliva gr. 5, limone e sale q.b.)

MISTO DI VERDURE (patate gr. 40, zucchine gr. 20, carote gr. 20, olio d'oliva gr 5 sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione gr 100)

MERENDA FRUTTA (frutta fresca di stagione gr. 100)

VENERDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA:

LATTE CON FETTE BISCOTTATE (latte par. scr. gr. 120, zucchero o miele gr. 5, fette biscottate gr 30)

PRANZO:

RISOTTO OLIO E PARMIGIANO (riso gr. 40, olio d'oliva gr. 5, parmigiano gr. 5, aromi e sale q.b.)

FRITTATA CON VERDURE COTTA AL FORNO (uova past gr 50 (1) verdure fresche o surgelate gr. 30,
latte par. scr. gr 10, parmigiano gr 5, olio d'oliva gr 5 aromi e sale q.b.)

PISELLI IN UMIDO (piselli freschi o surgelati 80 gr., olio d'oliva 5 gr, aromi e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione gr 100)

MERENDA: BUDINO ALLA VANIGLIA (budino gr.120)

PANE A PRANZO GR 20

SCUOLA MATERNA di Chiusa di San Michele
Via Ex Combattenti 10, 10050 Chiusa di San Michele (TO)
SCUOLA DELL'INFANZIA
MENU' INVERNALE (Ottobre, Novembre, Dicembre, Gennaio)
4^ SETTIMANA

LUNEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr)

PRANZO:

PASTA BURRO E SALVIA (pasta 40 gr.,40 gr., parmigiano 7 gr., burro 5 gr., salvia e sale q.b.)

POLPETTE DI VITELLO (carne di vitello gr. 40, uova past. gr. 5 (1x10), pomodori pelati gr. 20, latte par scr. gr 10, verdure miste gr. 15, parmigiano gr. 5, olio d'oliva gr. 5, sale e aromi q.b.)

INSALATA VERDE (insalata verde di stagione 40 gr., olio d'oliva 5 gr., aceto e/o limone, sale, q.b.)

FRUTTA

(frutta fresca di stagione120 gr.)

MERENDA:

CROSTATA (30 gr..)

MARTEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA:

PANE E MARMELLATA (pane 25 gr., marmellata 15 gr.)

PRANZO:

PASSATO DI ZUCCA CON CROSTINI (crostini gr. 20, verdure miste di stagione gr. 50,

patate gr. 40, parmigiano gr 5, olio d'oliva gr. 5, aromi e sale q.b.)

(stracchino 60 gr)

FORMAGGIO STRACCHINO

PATATE AL FORNO

(patate 60 gr. , olio 5 gr., aromi e sale q.b.)

FRUTTA

(frutta fresca di stagione120 gr.)

MERENDA:

YOGURT

(yogurt alla frutta 125 gr.)

MERCOLEDI'

SPUNTINO DI MATTINA

FRUTTA

(frutta fresca di stagione 120 gr)

PRANZO:

RISOTTO AL POMODORO (riso 40 gr., parmigiano 7 gr. ,olio d'oliva 5 gr., pomodori 30 gr., aromi e sale q.b.)

AFFETTATO DI TACCHINO CON OLIO E LIMONE (affettato di tacchino 60 gr., olio 5 gr., limone q.b.)

SPINACI SALTATI ALL'OLIO

(spinaci 60 gr. , olio d'oliva 5 gr. , aromi , gusti vari, sale q.b.)

FRUTTA

(frutta fresca di stagione120 gr.)

MERENDA:

FRUTTA

(frutta fresca di stagione120 gr.)

GIOVEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINO:

YOGURT ALLA FRUTTA

(yogurt 125 gr.)

PRANZO:

PASTA CON VERDURE

(pasta 40 gr. ,parmigiano 7 gr., pomodori 40 gr., verdure 30 gr., aromi e sale q.b.)

OMELETTE AL FORMAGGIO

(uova past. 50 gr., formaggio fresco (mozzarella o crescenza)

10 gr. , parmigiano 7 gr., olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)

PISELLI ALL'OLIO

(piselli freschi o surgelati 80 gr., olio d'oliva 5 gr, aromi e sale q.b.)

FRUTTA

(frutta fresca di stagione120 gr.)

MERENDA: FETTE BISCOTTATE CON MARMELLATA (fette biscottate 25 gr., marmellata 15 gr.)

VENERDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA:

PANE E CIOCCOLATO

(pane 25 gr., cioccolato 10 gr)

PRANZO:

PASTA AL PESTO

(pasta 40 gr., pesto 10 gr. parmigiano 7 gr, aromi e sale q.b.)

FILETTI DI MERLUZZO ALLA LIVORNESE

(filetti di merluzzo 90 gr., pomodori pelati 20 gr.

olio d'oliva 5 gr., cipolle 10 gr., olive 5 gr., aromi e sale q.b.)

INSALATA DI FINOCCHI

(finocchi 60 gr., olio d'oliva 5 gr ,limone e/o aceto, sale q.b.)

FRUTTA

(frutta fresca di stagione120 gr)

MERENDA:

BUDINO ALLA VANIGLIA

(budino 120 gr)

PANE A PRANZO 40 GR.

SCUOLA MATERNA di Chiusa di San Michele

Via Ex Combattenti 10, 10050 Chiusa di San Michele (TO)

MENU' INVERNALE (Ottobre, Novembre, Dicembre, Gennaio)

SEZIONE PRIMAVERA

4^ SETTIMANA

LUNEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA:

LATTE CON BISCOTTI (latte par. scr. gr. 120, zucchero o miele gr. 5, biscotti secchi gr. 30)

PRANZO:

PASTA IN BIANCO (pasta gr. 40, olio d'oliva gr 5, parmigiano gr 5, aromi e sale q.b.)

POLPETTE DI VITELLO (carne di vitello gr. 40, uova past. gr. 5 (1x10), pomodori pelati gr. 20, latte par scr. gr 10, verdure miste gr. 15, parmigiano gr. 5, olio d'oliva gr. 5, sale e aromi q.b.)

INSALATA VERDE (insalata verde di stagione 40 gr., olio d'oliva 5 gr., aceto e/o limone, sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione gr.100)

MERENDA: FRUTTA (frutta fresca di stagione gr. 100)

MARTEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA:

FRUTTA (100 gr.)

PRANZO:

PASSATO DI ZUCCA CON CROSTINI (crostini gr. 20, verdure miste di stagione gr. 50, Patate gr. 40, parmigiano gr 5, olio d'oliva gr. 5, aromi e sale q.b.)

MOZZARELLA (gr. 60)

MISTO DI VERDURE (patate gr. 40, carote gr. 20, zucchine gr. 20, olio d'oliva gr. 7, sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione gr. 100)

MERENDA: YOGURT (gusti. naturale, pera, mela, banana).

MERCOLEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA:

TE' CON FETTE BISCOTTATE (tè deteinato q.b., zucchero o miele gr. 5, fette biscottate gr 30)

PRANZO:

RISOTTO AL POMODORO (riso gr. 40 olio d'oliva gr. 5 , pomodori 30 gr., parmigiano gr. 5 aromi e sale q.b.)

PROSCIUTTO (prosciutto cotto gr. 50)

SPINACI SALTATI ALL'OLIO (spinaci 60 gr. , olio d'oliva 5 gr. , aromi ,e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione gr. 100)

MERENDA: FRUTTA (frutta di stagione gr. 100)

GIOVEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA:

LATTE CON BISCOTTI (latte parz. scr. Gr. 100 zucchero o miele gr. 5 biscotti secchi gr. 30)

PRANZO:

PASTA CON RAGU' DI VERDURE (pasta 40 gr., pomodori pelati 30 gr., misto di verdure 10 gr., olio di oliva 5 gr., parmigiano 5 gr., aromi q.b.)

FRITTATA CON VERDURE COTTA AL FORNO (uova pas.t gr. 50 (1), verdure fresche o surgelate gr. 30 latte par. scr. gr. 10, parmigiano gr. 5, olio d'oliva gr. 5, aromi e sale q.b.)

PISELLI ALL'OLIO (piselli freschi o surgelati gr. 60, olio d'oliva gr. 7 aromi e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione gr. 100)

MERENDA: FRUTTA (frutta fresca di stagione gr. 100)

VENERDI'

SPUNTINO DI META MATTINATA:

TE' CON FETTE BISCOTTATE (tè deteinato q.b., zucchero o miele gr. 5, fette biscottate gr. 30)

PRANZO:

PASTA AL PESTO (pasta gr. 40, parmigiano gr. 5, pesto 10 gr., olio d'oliva gr. 5, aromi e sale qb)

PLATESSA AL POMODORO (platessa gr. 60, pomodori pelati gr. 30, olio d'oliva gr. 5, aromi e sale qb)

INSALATA DI FINOCCHI (finocchi gr. 60, olio d'oliva gr. 7, limone e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione)

MERENDA: BUDINO ALLA VANIGLIA (120 gr.)

PANE A PRANZO GR 20