

SCUOLA MATERNA di Chiusa di San Michele
Via Ex Combattenti 10, 10050 Chiusa di San Michele (TO)
MENU' ESTIVO (Settembre, Maggio, Giugno)

1^ SETTIMANA

SCUOLA MATERNA

LUNEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA: FRUTTA (120 gr.)

PRANZO:

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

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

PISELLI AL PROSCIUTTO (piselli freschi o surgelati 80 gr. , prosciutto cotto 20 gr., olio d'oliva 5 gr. , aromi e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA PER DOPOSCUOLA: PANE E MARMELLATA (pane 25 gr., marmellata 15 gr)

MARTEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA: CRACKERS (30 gr.)

PRANZO:

RISOTTO ALLE ZUCCHINE (riso 40 gr., zucchine fresche 30 gr., parmigiano 7 gr.,olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)

AFFETTATO DI TACCHINO (60 gr.)

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

GELATO DI FRUTTA (50 gr.)

MERENDA PER DOPOSCUOLA: FRUTTA (120 gr.)

MERCOLEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA: FRUTTA (120 gr.)

PRANZO:

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

MOZZARELLA (60 gr.)

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

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA PER DOPOSCUOLA: SUCCO DI FRUTTA E FETTE BISCOTTATE (150 gr. - 15 gr)

GIOVEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA: BISCOTTI (25 gr.)

PRANZO:

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

FILETTI DI MERLUZZO AL POMODORO (filetti di merluzzo 90 gr., pomodori pelati 20 gr., olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)

INSALATA MISTA (insalata verde 20 gr., carote e pomodori 40 gr., olio d'oliva 5 gr., aceto e/o limone aromi e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA PER DOPOSCUOLA: GELATO (50 gr.)

VENERDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA:

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

PRANZO:

MINISTRINA IN BRODO VEGETALE (brodo vegetale con patate, carote, zucchine 30 gr., pastina 30 gr. ,parmigiano 7 gr., olio d'oliva 5 gr. ,aromi e sale q.b.)

BOCCONCINI DI TACCHINO IN UMIDO (carne di tacchino 70 gr., pomodori pelati 30 gr., carote, sedano, cipolle 15 gr., olio d'oliva 5 gr., brodo vegetale aromi e sale q.b.)

PATATE AL FORNO (patate gr. 110, olio d'oliva, gr. 7 sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA PER DOPOSCUOLA: BISCOTTI (25 gr.)

PANE A PRANZO 40 GR.

Sono state apportate temporaneamente e fino alla fine dell'emergenza sanitaria delle piccole variazioni per gli spuntini di metà mattinata e per le merende che vengono date ai bambini che frequentano il doposcuola.

SCUOLA MATERNA di Chiusa di San Michele
Via Ex Combattenti 10, 10050 Chiusa di San Michele (TO)
MENU' ESTIVO (Settembre, Maggio, Giugno)
1^ SETTIMANA

SEZIONE PRIMAVERA

LUNEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA: FRUTTA (gr.100)

PRANZO:

PASTA AL SUGO (pasta 40 gr., pomodoro 30 gr., olio di oliva 5 gr., parmigiano 5 g., aromi e sale)

FRITTATA DI VERDURE COTTA AL FORNO (uova past. gr 50, 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 AL PROSCIUTTO (piselli freschi o surgelati gr. 60, prosciutto cotto gr. 20, olio d'oliva gr. 7, aromi e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione gr. 100)

MERENDA PER DOPOSCUOLA: PANE E MARMELLATA (pane 25 gr., marmellata 15 gr)

MARTEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA: CRACKERS (25 gr.)

PRANZO:

RISO CON ZUCCHINE (riso gr. 40, olio d'oliva 5 gr., zucchine 25 gr., parmigiano gr. 5, aromi e sale)

AFFETTATO DI PROSCIUTTO COTTO (50 gr.)

POMODORI IN INSALATA (pomodori gr. 60, olio d'oliva gr. 7, sale q.b.)

GELATO DI FRUTTA (40 gr.)

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

MERCOLEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA: FRUTTA (frutta 100 gr.)

PRANZO:

PASTA OLIO E PARMIGIANO (pasta 40 gr., parmigiano 5 gr., olio oliva)

MOZZARELLA (mozzarella gr. 60)

CAROTE ALL'OLIO (carote 60 gr., olio 7 gr., e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione gr. 100)

MERENDA PER DOPOSCUOLA: SUCCO DI FRUTTA E FETTE BISCOTTATE (150 gr.- 15 gr.)

GIOVEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA: BISCOTTI (20 gr.)

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.)

INSALATA ESTIVA (insalata verde e/o rossa gr.20, carote 20 gr, pomodori 20 gr., olio oliva 7 gr,
limone e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione gr. 100)

MERENDA PER DOPOSCUOLA: GELATO (40 gr.)

VENERDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA: (frutta fresca di stagione gr. 100)

PRANZO:

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

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

PATATE AL FORNO (patate gr. 60, olio d'oliva, gr. 7 sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione gr. 100)

MERENDA PER DOPOSCUOLA: BISCOTTI (20 gr.)

PANE A PRANZO 20 GR.

Sono state apportate temporaneamente e fino alla fine dell'emergenza sanitaria delle piccole variazioni per gli spuntini di metà mattinata e per le merende che vengono date ai bambini che frequentano il doposcuola.

SCUOLA MATERNA di Chiusa di San Michele

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

MENU' ESTIVO (Settembre, Maggio, Giugno)

2^ SETTIMANA

SCUOLA MATERNA

LUNEDI'

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

PRANZO:

PASTA ALLE ZUCCHINE (pasta 40 gr., zucchini 30 gr., parmigiano 7 gr. ,olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)

BASTONCINI DI PESCE AL FORNO (bastoncini di merluzzo 90 gr., olio d'oliva 5 gr.,
uova 5 gr. (1X10), pangrattato, aromi e sale q.b.)

INSALATA DI POMODORI (pomodori 60 gr. ,olio d'oliva 5 gr. ,aromi e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA PER DOPOSCUOLA: PANE E MARMELLATA (pane 25 gr., marmellata 15 gr.)

MARTEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA: CRACKERS (30 gr.)

PRANZO:

RISOTTO AL POMODORO (riso 40 gr., carote, cipolle, salsa di pomodoro, sedano,
parmigiano 7 gr., olio d'oliva 5 gr., basilico e sale q.b.)

RICOTTA (ricotta 80 gr)

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

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

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

MERCOLEDI'

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

PRANZO:

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

SFORMATO DI VERDURE AL FORNO (uova past. 50 gr. (1), verdure fresche o surgelate 30 gr., latte parz. screm. 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 stagione 120 gr.)

MERENDA PER DOPOSCUOLA: : SUCCO DI FRUTTA E FETTE BISCOTTATE (150 gr. - 15 gr)

GIOVEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA: BISCOTTI (25 gr.)

PRANZO:

CREMA DI VERDURE CON PASTA (pasta 20 gr., verdure fresche o surgelate 60 gr., patate 40 gr.,
parmigiano 7 gr., olio oliva 5 gr., aromi q.b.)

AFFETTATO DI PROSCIUTTO (affettato di prosciutto cotto 60 gr.)

PATATE ALL'OLIO (patate 110 gr., olio d'oliva 5 gr)

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA PER DOPOSCUOLA: GELATO (50 gr.)

VENERDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA: PANE E CIOCCOLATO O MERENDINA (pane 25 gr., cioccolato 10 gr.)

PRANZO:

PASTA AL POMODORO E BASILICO (pasta 40 gr., parmigiano 7 gr. , pomodori pelati 40 gr., basilico, olio d'oliva 5 gr.,
aromi e sale q.b.)

CROCCHETTE DI VITELLO AL FORNO (carne di vitello 50 gr., verdure miste 30 gr., patate 20 gr., uova past.5 gr.
(1x10) ,parmigiano 7 gr., olio d'oliva 5 gr., pangrattato, aromi e sale q.b.)

INSALATA MISTA ESTIVA (insalata verde 20 gr. ,carote e pomodori 40 gr. ,,
olio d'oliva 5 gr., limone e/o aceto, aromi e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione)

MERENDA PER DOPOSCUOLA: BISCOTTI (25 gr.)

PANE A PRANZO 40 GR.

Sono state apportate temporaneamente e fino alla fine dell'emergenza sanitaria delle piccole variazioni per gli spuntini di metà mattinata e per le merende che vengono date ai bambini che frequentano il doposcuola.

SCUOLA MATERNA di Chiusa di San Michele
Via Ex Combattenti 10, 10050 Chiusa di San Michele (TO)
MENU' ESTIVO (Settembre, Maggio, Giugno)
2^ SETTIMANA

SEZIONE PRIMAVERA

LUNEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA: FRUTTA (100 gr.)

PRANZO:

PASTA ALLE ZUCCHINE (pasta gr.40, zucchine gr. 30, olio d'oliva gr. 5, parmigiano gr 5, aromi e sale q.b.)
PLATESSA IMPANATA AL FORNO (platessa gr 60, olio d'oliva gr. 5, pangrattato, uova 1x10, sale q.b.)
POMODORI IN INSALATA (pomodori gr. 60 olio d'oliva gr. 7, limone e sale q.b.)
FRUTTA (frutta fresca di stagione gr. 100)

MERENDA PER DOPOSCUOLA: PANE E MARMELLATA (pane 25 gr., marmellata 15 gr)

MARTEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA: CRACKERS (25 gr.)

PRANZO:

RISO AL RAGU' VEGETALE (riso 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.)
RICOTTA (ricotta gr. 60)
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 PER DOPOSCUOLA: FRUTTA (100 gr.)

MERCOLEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA: : FRUTTA (frutta fresca di stagione 100gr)

PRANZO:

PASTA OLIO E PARMIGIANO (pasta gr. 40, olio d'oliva gr. 5, parmigiano gr. 5, aromi e sale q.b.)
TORTINO DI VERDURE COTTA AL FORNO (uova past.. gr. 50 , 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 ALL'OLIO (piselli freschi o surgelati 80 gr., olio d'oliva 5 gr, aromi e sale q.b.)
FRUTTA (frutta fresca di stagione gr. 100)

MERENDA PER DOPOSCUOLA: : SUCCO DI FRUTTA E FETTE BISCOTTATE (150 gr. - 15 gr)

GIOVEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA: BISCOTTI (20 gr.)

PRANZO:

MINISTRINA IN BRODO VEGETALE (brodo vegetale con patate. carote, zucchine, sale q.b., pastina gr. 25,
parmigiano gr. 5, olio d'oliva gr 5)
AFFETTATO DI PROSCIUTTO COTTO (50 gr.)
PATATE ALL'OLIO (patate 100 gr. ,olio d'oliva 5 gr)

MERENDA PER DOPOSCUOLA: GELATO (40 gr.)

VENERDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA: FRUTTA (frutta fresca di stagione 100gr)

PRANZO:

PASTA AL POMODORO E BASILICO (pasta gr. 40, olio d'oliva gr. 5 parmigiano gr. 5
pomodori pelati gr. 30., aromi e sale q.b.)
CROCCHETTE DI VITELLO (vitello gr. 40, uova past. n.1 x 10, patate 20 gr., verdure miste 15 gr.,
parmigiano 5 gr., aromi e sale q.b.)
INSALATA ESTIVA (insalata verde e/o rossa gr.20, carote 20 gr., pomodori 20 gr., olio oliva 7 gr.,
limone e sale q.b.)
FRUTTA (frutta fresca di stagione gr. 100)

MERENDA PER DOPOSCUOLA: BISCOTTI (20 gr.)

PANE A PRANZO GR. 20

Sono state apportate temporaneamente e fino alla fine dell'emergenza sanitaria delle piccole variazioni per gli spuntini di metà mattinata e per le merende che vengono date ai bambini che frequentano il doposcuola.

SCUOLA MATERNA di Chiusa di San Michele
Via Ex Combattenti 10, 10050 Chiusa di San Michele (TO)
MENU' ESTIVO (Settembre, Maggio, Giugno)
3^ SETTIMANA
SCUOLA MATERNA

LUNEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA: : FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)
PRANZO:
MINESTRA DI RISO PRIMAVERA (riso 20 gr., verdure miste fresche o surgelate 40 gr.,
patate 40 gr, parmigiano 7 gr., olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)
FONTINA DOLCE (40 gr)
PATATE BRASATE (patate 60 gr, olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)
FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)
MERENDA PER DOPOSCUOLA: PANE E MARMELLATA (pane 25 gr., marmellata 15)

MARTEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA: CRACKERS (30 gr.)
PRANZO:
PASTA AL POMODORO (pasta 40 gr., pomodori pelati 40 gr., parmigiano 7 gr., olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)
PETTO DI TACCHINO ALLA MILANESE AL FORNO (carne di tacchino gr 70, pangrattato, uova 1x10, olio d'oliva gr 5, sale e
aromi q.b.)
INSALATA DI CAROTE (carote gr. 60 olio d'oliva gr. 7, limone e sale q.b.)
FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)
MERENDA PER DOPOSCUOLA: FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERCOLEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA: : FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)
PRANZO:
RISOTTO CON PISELLI (riso 40 gr. ,piselli freschi o surgelati 30 gr., parmigiano 7 gr.,
olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)
FILETTI DI NASELLO ALLA MEDITERRANEA (nasello 90 gr., pomodori pelati 20 gr.,
verdure miste (sedano carota cipolla) 15 gr., olio d'oliva , aromi e sale q.b.)
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 PER DOPOSCUOLA: : SUCCO DI FRUTTA (150 gr.) E FETTE BISCOTTATE (15 gr)

GIOVEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA: BISCOTTI (25 gr.)
PRANZO:
INSALATA DI PASTA FREDDA (pasta 40 gr., parmigiano 7gr., pomodorini freschi 40 gr., olive 10 gr.,
parmigiano 7 gr., olio d'oliva 5 gr. , basilico ed aromi q.b.)
AFFETTATO DI TACCHINO (60 gr.)
FAGIOLINI ALL'OLIO (fagiolini freschi o surgelati 60 gr , olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)
FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)
MERENDA PER DOPOSCUOLA: GELATO (50 gr.)

VENERDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA: PANE E CIOCCOLATO O MERENDINA (pane 25 gr., cioccolato 10 gr.)
PRANZO:
PASTA OLIO E PARMIGIANO (pasta 40 gr, parmigiano 7 gr., olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)
UOVA AL POMODORO COTTE AL FORNO (uova past. 50 gr., pomodoro 20 gr., parmigiano 7 gr., olio di oliva 5
gr., aromi, sale q.b.)
PISELLI AL PROSCIUTTO (piselli freschi o surgelati 80 gr., prosciutto cotto 20 gr. ,olio d'oliva 5 gr, aromi e sale q.b.)
FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)
MERENDA PER DOPOSCUOLA: BISCOTTI (25 gr.)

PANE A PRANZO 40 GR.

Sono state apportate temporaneamente e fino alla fine dell'emergenza sanitaria delle piccole variazioni per gli spuntini di metà mattinata e per le merende che vengono date ai bambini che frequentano il doposcuola.

SCUOLA MATERNA di Chiusa di San Michele
Via Ex Combattenti 10, 10050 Chiusa di San Michele (TO)
MENU' ESTIVO (Settembre, Maggio, Giugno)
3^ SETTIMANA

SEZIONE PRIMAVERA

LUNEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA: FRUTTA (frutta fresca di stagione gr. 100)

PRANZO:

MINISTRINA CON RISO (carote gr. 20, zucchine gr. 20, riso 20 gr., patate gr. 40, parmigiano gr. 5,
olio d'oliva gr. 5 aromi e sale q.b.)

RICOTTA (ricotta gr 80)

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

FRUTTA (frutta fresca di stagione gr. 100)

MERENDA PER DOPOSCUOLA: PANE E MARMELLATA (pane 25 gr., marmellata 15)

MARTEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA: : CRACKERS (25 gr.)

PRANZO:

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

PETTO DI TACCHINO ALLA MILANESE AL FORNO (carne di tacchino gr 50, pangrattato, uova 1x10, olio d'oliva gr 5, sale e
aromi q.b.)

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

FRUTTA (frutta fresca di stagione gr 100)

MERENDA PER DOPOSCUOLA: FRUTTA FRESCA (frutta fresca di stagione gr 100)

MERCOLEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA: FRUTTA FRESCA (frutta fresca di stagione gr 100)

PRANZO:

RISO CON PISELLI (riso gr 40, pomodori pelati 30 gr, piselli 15 gr, olio d'oliva gr. 5,
parmigiano gr 5, aromi e sale q.b.)

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

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

FRUTTA (frutta fresca di stagione gr 100)

MERENDA PER DOPOSCUOLA: : SUCCO DI FRUTTA (150 gr.) **E FETTE BISCOTTATE** (15 gr)

GIOVEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA: BISCOTTI (20 gr.)

PRANZO:

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

AFFETTATO DI PROSCIUTTO COTTO (affettato magro gr. 60)

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

FRUTTA (frutta fresca di stagione gr 100)

MERENDA PER DOPOSCUOLA: GELATO (40 gr.)

VENERDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA: : FRUTTA FRESCA (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 CON POMODORI FRESCHI COTTA AL FORNO (uova past gr 50 (1) pomodori gr. 30,
parmigiano gr 5, olio d'oliva gr 5 aromi e sale q.b.)

PISELLI AL PROSCIUTTO (piselli freschi o surgelati 60 gr, prosciutto cotto 30 gr, olio oliva 7 gr, sale e
aromi q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione gr 100)

MERENDA PER DOPOSCUOLA: BISCOTTI (20 gr.)

PANE A PRANZO 20 GR.

Sono state apportate temporaneamente e fino alla fine dell'emergenza sanitaria delle piccole variazioni per gli spuntini di metà mattinata e per le merende che vengono date ai bambini che frequentano il doposcuola.

SCUOLA MATERNA di Chiusa di San Michele
Via Ex Combattenti 10, 10050 Chiusa di San Michele (TO)
MENU' ESTIVO (Settembre, Maggio, Giugno)

4^ SETTIMANA
SCUOLA MATERNA

LUNEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA: : FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)
PRANZO:
PASTA CON VERDURE (pasta 40 gr., parmigiano 7 gr. , pomodori pelati 40 gr. verdure fresche o surgelate 30 gr,
olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)
PROSCIUTTO COTTO (60 gr.)
INSALATA MISTA (insalata verde 20 gr. ,carote o pomodori 20 gr. ,finocchi o sedano 20 gr.,
olio d'oliva 5 gr., limone e/o aceto, aromi e sale q.b.)
FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)bgb
MERENDA PER DOPOSCUOLA: PANE E MARMELLATA (pane 25 gr., marmellata 15 gr.)

MARTEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA: CRACKERS (30 gr.)
PRANZO:
INSALATA DI RISO (riso 40 gr., verdure di stagione 30 gr., pomodori freschi 40 gr., parmigiano 7 gr., olio di oliva, basilico e sale)
POLPETTE IN SALSA BIANCA (carne di bovino 50 gr., verdure miste 20 gr., uova pastorizzate 5 gr (1x10), olio di oliva,
pangrattato, aromi e sale; per la salsa bianca :latte p. screm., farina)
INSALATA DI CAROTE (carote 60 gr. , olio d'oliva 5 gr. , aceto e/o limone, sale q.b.)
FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)
MERENDA PER DOPOSCUOLA: FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERCOLEDI'

SPUNTINO DI MATTINA: FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)
PRANZO:
BRUSCHETTA AL POMODORO (pane 60 gr., pomodori freschi 50 gr., olio d'oliva 5 gr., aromi basilico e sale q.b.)
CROCCHETTE DI MAGRO AL FORNO (uova past. 50 gr., patate 15 gr. , ricotta 40 gr., spinaci 30 gr., parmigiano 7gr.,
aromi e sale q.b.)
ZUCCHINE ALL'OLIO (zucchini freschi o surgelati 40 gr., olio d'oliva 5 gr, aromi e sale q.b.)
FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)
MERENDA PER DOPOSCUOLA: : SUCCO DI FRUTTA (150 gr.) E FETTE BISCOTTATE (15 gr)

GIOVEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINO: BISCOTTI (25 gr.)
PRANZO:
PASTA AL PESTO (pasta 40 gr. ,pesto 5 gr. ,parmigiano 7 gr., aromi e sale q.b.)
STRACCHINO (stracchino 60 gr.)
COSTINE SALTATE ALL'OLIO (costine fresche o surgelate gr 60, olio d'oliva gr 5, aromi e sale q.b.)
FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)
MERENDA PER DOPOSCUOLA: GELATO

VENERDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA: PANE E CIOCCOLATO O MERENDINA (pane 25 gr., cioccolato 10 gr.)
PRANZO:
RISOTTO CON VERDURE (riso 40 gr., pomodori pelati 40 gr., verdure fresche o surgelate 30 gr.,
parmigiano 7 gr., olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)
FILETTI DI PESCE AL PREZZEMOLO (filetti di pesce 90 gr., olio d'oliva 5 g., prezzemolo,
aromi e sale q.b.)
INSALATA VERDE (insalata vede di stagione 40 gr., olio d'oliva 5 gr. ,limone e/o aceto, sale q.b.)
FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)
MERENDA PER DOPOSCUOLA: BISCOTTI (25 gr.)

Sono state apportate temporaneamente e fino alla fine dell'emergenza sanitaria delle piccole variazioni per gli spuntini di metà mattinata e per le merende che vengono date ai bambini che frequentano il doposcuola.

PANE A PRANZO 40 GR.

SCUOLA MATERNA di Chiusa di San Michele
Via Ex Combattenti 10, 10050 Chiusa di San Michele (TO)
MENU' ESTIVO (Settembre, Maggio, Giugno)
4^ SETTIMANA

SEZIONE PRIMAVERA

LUNEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA: FRUTTA (frutta fresca di stagione gr 100)
PRANZO:
PASTA CON VERDURE (pasta gr 40, olio d'oliva gr 5, melanzane 25 gr, pomodori pelati 30 gr, parmigiano gr. 5, aromi e sale q.b.)
PROSCIUTTO COTTO (prosciutto cotto gr 50)
INSALATA ESTIVA (insalata verde e/o rossa 20 gr, carote 20 gr, pomodori 20 gr, olio oliva 7 gr, limone e sale q.b.)
FRUTTA (frutta fresca di stagione gr 100)
MERENDA PER DOPOSCUOLA: PANE E MARMELLATA (pane 25 gr., marmellata 15 gr.)

MARTEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA: : CRACKERS (25 gr.)
PRANZO:
MINISTRINA IN BRODO VEGETALE (brodo vegetale con patate carote e zucchini q.b., pastina 25 parmigiano gr 5, olio d'oliva gr 5, aromi e sale q.b.)
POLPETTE DI BOVINO (carne di bovino gr. 40, olio d'oliva gr. 5, uova past. 1x10, parmigiano, verdure miste, pangrattato, aromi e sale qb)
PATATE ALL'OLIO (patate gr. 80, olio d'oliva gr 7, sale q.b.)
FRUTTA (frutta fresca di stagione gr. 100)
MERENDA PER DOPOSCUOLA: FRUTTA (frutta fresca di stagione gr 100)

MERCOLEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA: FRUTTA (frutta fresca di stagione gr 100)
PRANZO:
PASTA AL POMODORO (pasta gr 40, pomodori pelati gr 30, 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 ALL'OLIO (piselli freschi o surgelati 60 gr., olio d'oliva 5 gr, aromi e sale q.b.)
FRUTTA (frutta fresca di stagione gr 100)
MERENDA PER DOPOSCUOLA: : SUCCO DI FRUTTA (150 gr.) E FETTE BISCOTTATE (15 gr)

GIOVEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINATA: : BISCOTTI (20 gr.)
PRANZO:
PASTA AL PESTO (pesto 10 gr, sale q.b., pasta 40 gr, parmigiano gr 5, olio d'oliva gr 5)
MOZZARELLA (mozzarella gr. 60)
COSTINE SALTATE ALL'OLIO (costine fresche o surgelate gr 60, olio d'oliva gr 5, aromi e sale qb)
FRUTTA (frutta fresca di stagione gr 100)
MERENDA PER DOPOSCUOLA: GELATO

VENERDI'

SPUNTINO DI META MATTINATA: : FRUTTA FRESCA (frutta fresca di stagione gr 100)
PRANZO:
RISO ALLE ZUCCHINE (zucchine 30 gr, , sale q.b., riso 40 gr, parmigiano gr 5, olio d'oliva gr 5)
PLATESSA AL LIMONE (platessa gr 60, limone, olio d'oliva gr 5, aromi e sale q.b.)
INSALATA VERDE (insalata vede di stagione 40 gr., olio d'oliva 5 gr. ,limone e/o aceto, sale q.b.)
FRUTTA (frutta fresca di stagione)
MERENDA PER DOPOSCUOLA: BISCOTTI (20 gr.)
(

PANE A PRANZO GR 20

Sono state apportate temporaneamente e fino alla fine dell'emergenza sanitaria delle piccole variazioni per gli spuntini di metà mattinata e per le merende che vengono date ai bambini che frequentano il doposcuola.