

COMUNE DI LODI - SCUOLE STATALI DELL'INFANZIA E PRIMARIE

TABELLA DIETETICA QUALITATIVA AUTUNNO INVERNO 2018/2019

	1° settimana	2° settimana	3° settimana	4° settimana
LUNEDI'	Risotto allo zafferano Raspadura Cavolfiori gratinati Pane – frutta fresca	Pasta integrale al pomodoro Bocconcini di mozzarella Insalata verde Pane – frutta fresca	Risotto con crema di carciofi Raspadura Piselli in umido Pane – frutta fresca	Pasta integrale al pomodoro Prosciutto cotto Fagiolini all'olio Pane – frutta fresca
MARTEDI'	Minestrone con farro Polpettone di lonza Patate al forno Pane - frutta fresca	Crema di carote con riso Petto di pollo gratinato Fagioli cannellini al pomodoro Pane – banana	Minestra con ditalini Spezzatino di manzo Patate al forno Pane – frutta fresca	Raviolini di carne in brodo Tortino di ricotta e spinaci Lenticchie Pane – banana
MERCOLEDI'	Pasta al ragù di carne Formaggio fresco ½ porzione Insalata mista con mais Pane – banana	Pennette al salmone Gateau di patate Finocchi in insalata Pane – frutta fresca	Gnocchetti sardi al ragù vegetale Frittata al forno con erbette Carote olio e limone Pane – banana equosolidale	Pasta con crema di broccoli Arrosto di vitello Purè di patate Pane – frutta fresca
GIOVEDI'	Passato di legumi con pasta Frittata ai porri Carote olio e limone Pane – barretta di cioccolato equosolidale	Pastina in brodo vegetale Torta salata Insalata mista Pane – frutta fresca	Crema di legumi con crostini Arrosto di tacchino Insalata verde Pane – frutta fresca	Pasta e fagioli Cotoletta di pollo Carote olio e limone Pane – frutta fresca
VENERDI'	Pasta agli aromi Filetto di platessa dorato Finocchi in insalata Pane – frutta fresca	Pasta al pesto Bocconcini di merluzzo dorati Fagiolini all'olio Pane – frutta fresca	Pasta aglio olio e prezzemolo Pesce spada alla liparese Finocchi in insalata Pane – frutta fresca	Risotto alla zucca e granone lodigiano Filetto di platessa dorato Insalata verde Pane – yogurt alla frutta

Martedì e venerdì: pane integrale

Pane a ridotto contenuto di sale

Frutta fresca: almeno tre tipologie diverse nell'arco della settimana.