

SCUOLE DELL'INFANZIA E PRIMARIE DEL COMUNE DI LODI

TABELLA DIETETICA PRIVA DI ALIMENTI DI ORIGINE ANIMALE PRIMAVERA ESTATE 2023-2024(in vigore dal 15 Aprile 2024 con la terza settimana)

	1° settimana	2° settimana	3° settimana	4° settimana
LUNEDÌ	Risotto alle zucchine* (senza burro e grana)	Trofie al pesto (olio e basilico)	Pasta aglio, olio e prezzemolo	Pasta primavera
	Polpettine di legumi	Formaggio vegetale	Farinata di ceci	Formaggio vegetale
	Insalata verde, rossa e mais	Pomodori in insalata	Insalata verde	Insalata con mais e olive verdi
	Pane – frutta fresca	Pane – frutta fresca	Pane – frutta fresca	Pane – frutta fresca
MARTEDÌ	Crema di cannellini e carote* con orzo	Crema di verdure* e piselli* con farro	Pasta al ragù vegetale	Crema di legumi e verdure* con farro
	Legumi spadellati	Legumi spadellati	Legumi spadellati	Legumi in insalata (1/2 porzione)
	Patate al forno	Patate al rosmarino	Carote julienne	Pomodori in insalata
	Pane – frutta fresca	Pane – frutta fresca	Pane – frutta fresca	Pane – frutta fresca
MERCOLEDÌ	Pasta al pomodoro	Riso all'olio	Crema di verdure* con orzo	Risotto pomodoro fresco e prezzemolo (senza burro e senza grana)
	Formaggio vegetale	Farinata di ceci	Tofu marinato	Legumi spadellati
	Pomodori in insalata	Insalata mista con carote	Patate al forno	Carote julienne
	Pane – frutta fresca	Pane – frutta fresca	Pane – frutta fresca	Pane – frutta fresca
GIOVEDÌ	Pizza rossa	Pasta al pesto (olio e basilico)	Focaccia integrale olio e pomodoro	Pasta integrale al pesto (olio e basilico) e cannellini
	Ceci in insalata porzione intera	Legumi in insalata	Ceci in insalata	Tofu alla pizzaiola
	Carote julienne	Carote julienne	Pomodori in insalata	Caponata estiva al sugo
	Pane – frutta fresca	Pane – frutta fresca	Pane – frutta fresca	Pane – frutta fresca
VENERDÌ	Pasta integrale zucchine e curcuma (no besciamella)	Farfalle al pomodoro e basilico	Pasta alla norma	Pasta olio e salvia
	Tofu gratinato	Polpettine di legumi gratinate	Polpettine di legumi gratinate	Farinata di ceci
	Fagiolini* all'olio	Zucchine trifolate	Fagiolini* gratinati	Zucchine all'olio
	Pane – frutta fresca	Pane – frutta fresca	Pane – frutta fresca	Pane – frutta fresca

Pane a ridotto contenuto di sale. Martedì e giovedì: pane integrale. Sale iodato e olio extra vergine di oliva a crudo come unici condimenti.

Frutta fresca di stagione di almeno 3 varietà ogni settimana, servita a metà mattina

Note esplicative alla tabella dietetica qualitativa: **Pasta primavera:** con sugo di pomodori pelati e peperoni - **Pasta alla norma:** con sugo di pomodori pelati e melanzane - **Pasta al ragù vegetale:** con polpa di pomodoro e legumi tritati

*contiene prodotti congelati/surgelati all'origine

Per qualsiasi informazione riguardo la presenza di allergeni è possibile consultare l'apposita documentazione scritta che verrà fornita dal personale in servizio. È fatto obbligo al personale tenerla in luogo facilmente reperibile