

# COMUNE DI BREMBIO –NIDO

## MENU' AUTUNNO INVERNO A.S. 2022-23



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
I SETTIMANA	Pasta al pomodoro Filetto di merluzzo <b>Finocchi cotti con olio EVO</b> Pane comune Frutta fresca	Passato di verdura e legumi con orzo Tacchino al latte Patate al forno Pane integrale Frutta fresca	Polenta Brasato / spezzatino di arista Carote cotte con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta con sugo rustico (pomodoro, carote, piselli) Raspadura / grana in scaglie <b>Verdura cotta</b> Pane comune Frutta fresca	Pasta al pesto Rollè di frittata Fagiolini al vapore con olio EVO Pane comune Frutta fresca
II SETTIMANA	<b>Buffet di carote e finocchi</b> Pizza margherita Pane comune ½ porzione Frutta fresca	Passato di verdure e legumi con crostini Cotoletta di pollo Patate al forno /pure di patate Pane integrale Frutta fresca	Riso all'inglese Polpettine di pesce al forno Fagiolini al vapore con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta al pesto Frittata <b>Cavolo cappuccio cotto con olio EVO</b> Pane comune Frutta fresca	Pennette integrali al pomodoro Lenticchie in umido Carote baby con olio EVO Pane comune Frutta fresca
III SETTIMANA	Pasta in salsa aurora Formaggio fresco spalmabile <b>Carote cotte con olio EVO</b> Pane comune Frutta fresca	Zuppa toscana con farro e verdure Cotoletta di pollo Patate al forno Pane comune Frutta fresca	Pasta tricolore olio e salvia Sformato di zucca e cannellini <b>Cavolo cappuccio cotto con olio EVO</b> Pane integrale Frutta fresca	Risotto alla milanese Merluzzo dorato Fagiolini al vapore con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta al pomodoro Frittata al pomodoro <b>Finocchi al forno</b> Pane comune Frutta fresca
IV SETTIMANA	Pastina Cosce di pollo al rosmarino /petto di pollo al rosmarino (per sc. Infanzia) Fagiolini al vapore con olio EVO Pane integrale Frutta fresca	Pasta al pomodoro Tortino di ceci <b>Carote cotte con olio EVO</b> Pane comune Frutta fresca	Pasta integrale al sugo di verdure Primo sale <b>Crauti cotti con olio evo</b> Pane comune Frutta fresca	<b>Buffet di verdure cotte</b> Lasagna al ragù Pane comune Frutta fresca	Risotto alla zucca Filetto di pesce dorato <b>Finocchi cotti al forno</b> Pane comune Frutta fresca
<b>IL MENU' ENTRERA' IN VIGORE IL 07.11.2022 A PARTIRE DALLA 1^ SETTIMANA</b>					

### COSA SAPERE



Le grammature utilizzate sono in linea con le Linee Guida dell'ATS di riferimento e si differenziano per fasce di età



Il pane somministrato è sempre a ridotto contenuto di sale, almeno una volta alla settimana viene somministrato pane integrale. Il pane viene servito dopo la somministrazione del primo piatto.



Le proposte di frutta fresca sono settimanalmente calendarizzate, garantendo almeno tre diverse tipologie di frutta nella settimana.



Dove non specificato il formaggio somministrato sarà a rotazione: quartirollo o primosale o crescenza o emmenthal.



Quando nel menù è previsto il buffet di verdure si garantiscono tipologie diverse di verdura da quelle già calendarizzate nella settimana. Nelle prime settimane di menù le verdure previste nei contorni potrebbero subire variazioni al fine di mantenere la stagionalità.



In fase di preparazione e condimento viene utilizzato esclusivamente olio di oliva extravergine



In fase di preparazione e condimento viene utilizzato esclusivamente sale iodato.



Il formato di pasta è sempre adeguato alle richieste della fascia di età in questione.



Ingredienti quali filetti di pesce (platessa, merluzzo) oppure alcune verdure da consumarsi cotte potrebbero essere surgelate all'origine.



Ove prevista la polenta, qualora si rendesse necessario si sostituirà la stessa con riso all'olio EVO



# COMUNE DI BREMBIO – NIDO

## ETICO RELIGIOSO - AUTUNNO INVERNO A.S. 2022-23



	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
I SETTIMANA	Pasta al pomodoro Filetto di merluzzo (4) Legumi <b>Finocchi cotti con olio EVO</b> Pane comune Frutta fresca	Passato di verdura e legumi con orzo Tacchino al latte (1) Pesce al forno (4) Legumi Patate al forno Pane integrale Frutta fresca	Polenta Brasato / spezzatino di arista (2) Formaggio Carote cotte con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta con sugo rustico (pomodoro, carote, piselli) Raspadura / grana in scaglie <b>verdura cotta</b> Pane comune Frutta fresca	Pasta al pesto Rollè di frittata Fagiolini al vapore con olio EVO Pane comune Frutta fresca
II SETTIMANA	<b>Buffet di carote e finocchi</b> Pizza margherita Pane comune ½ porzione Frutta fresca	Passato di verdure e legumi con crostini Cotoletta di pollo (1) Cotoletta di pesce (4) Legumi Patate al forno /pure di patate Pane integrale Frutta fresca	Riso all'inglese Polpettine di pesce al forno (4) Legumi Fagiolini al vapore con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta al pesto Frittata <b>Cavolo cappuccio cotto con olio EVO</b> Pane comune Frutta fresca	Pennette integrali al pomodoro Lenticchie in umido Carote baby con olio EVO Pane comune Frutta fresca
III SETTIMANA	Pasta in salsa aurora Formaggio fresco spalmabile <b>Carote cotte con olio EVO</b> Pane comune Frutta fresca	Zuppa toscana con farro e legumi Cotoletta di pollo (2) Cotoletta di pesce (4) Formaggio Patate al forno Pane comune Frutta fresca	Pasta tricolore olio e salvia Sformato di zucca e cannellini <b>Cavolo cappuccio cotto con olio EVO</b> Pane integrale Frutta fresca	Risotto alla milanese Merluzzo dorato (4) Legumi Fagiolini al vapore con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta al pomodoro Frittata al pomodoro <b>Finocchi al forno</b> Pane comune Frutta fresca
IV SETTIMANA	Pastina Cosce di pollo al rosmarino /petto di pollo al rosmarino (per sc. Infanzia) (1) Frittata Fagiolini al vapore con olio EVO Pane integrale Frutta fresca	Pasta al pomodoro Tortino di ceci <b>Carote cotte con olio EVO</b> Pane comune Frutta fresca	Pasta integrale al sugo di verdure Primo sale <b>Crauti cotti con olio evo</b> Pane comune Frutta fresca	<b>Buffet di verdure cotte</b> Lasagna al ragù (2) Lasagna vegetariana Pane comune Frutta fresca	Risotto alla zucca Filetto di pesce dorato (4) Legumi <b>Finocchi cotti al forno</b> Pane comune Frutta fresca

IL MENU' ENTRERA' IN VIGORE IL 07.11.2022 A PARTIRE DALLA 1^ SETTIMANA

### SOSTITUZIONI PER MENU' ETICO RELIGIOSO

Quando necessario/richiesto sostituire:

- **CARNI AVICOLE** (POLLO E TACCHINO) CON LE PREPARAZIONI INDICATE CON IL NUMERO (1)
- **CARNE SUINA** (LONZA, PROSCIUTTO COTTO/CRUDO) CON LE PREPARAZIONI INDICATE CON IL NUMERO (2)
- **CARNE BOVINA** (VITELLO, VITELLONE, MANZO, BRESAOLA) CON LE PREPARAZIONI INDICATE CON IL NUMERO (3)
- QUALORA SI RENDA NECESSARIA ANCHE L'ESCLUSIONE DEI **PRODOTTI ITTICI** (PESCE FRESCO O SURGELATO ED IN SCATOLA) SOMMINISTRARE PREPARAZIONE CON IL NUMERO (4)

