

COMUNE BAVENO

Scuole Materne

Menù primavera - estate A.S. 2012/2013

	1 ^a settimana	2 ^a settimana	3 ^a settimana	4 ^a settimana
Lunedì	Pasta pomodoro fresco e basilico Cosce di pollo/Coniglio al forno Insalata di carote grattugiate	Risotto alla parmigiana/alla milanese Bresaola condita / Prosciutto crudo con melone Zucchine e/o melanzane al pomodoro o trifolate	Insalata mista Pizza alla napoletana ½ porzione di prosciutto cotto	Gnocchi di patate al pomodoro Insalata caprese <i>oppure</i> Formaggio (*) con insalata di pomodori
Martedì	Risotto con piselli Omelette con verdure Insalata di fagiolini/Fagiolini all'olio o al pomodoro	Pasta all'ortolana Pesce (^) impanato (al forno) Insalata di carote grattugiate	Risotto primavera Petto di pollo impanato (al forno) Zucchine/verdura estiva all'olio	Risotto alle zucchine/alla milanese Lonza agli aromi Insalata mista
Mercoledì	Pasta olio/burro e parmigiano Arrosto di vitellone Zucchine trifolate	Minestra di legumi (passati) e cereali Crostoni di formaggio (*) e pomodoro <i>oppure</i> Formaggio (*) con insalata di pomodori	Gnocchetti sardi ricotta e pomodoro Frittata con patate/verdura (al forno) Spinaci/erbette all'olio	Pappa al pomodoro/Passato di verdura con crostini di pane Fesa di tacchino al forno Patate al forno
Giovedì	Insalata mista Pizza mozzarella e pomodoro ½ porzione di prosciutto cotto	Pasta olio e parmigiano/al pomodoro Polpettone di vitellone Insalata mista	Crema di zucchine con orzo/riso Vitellone alla pizzaiola Insalata di patate e fagiolini	Pasta con pomodoro formaggio (*) origano olive nere Fagioli in insalata/Legumi saltati con olio/al pomodoro Carote in insalata/all'olio
Venerdì	Minestrone/Passato con riso Pesce (^) alla mugnaia Patate in insalata	Pasta al pesto Scalop. di tacchino al limone (al forno) Erbette/spinaci saltati con olio	Pasta pomodoro fresco e basilico Pesce (^) gratinato al forno Insalata verde/con pomodori	Pasta al pesto Pesce (^) al pomodoro fresco Fagiolini all'olio

Il pranzo viene completato con **PANE COMUNE** e **FRUTTA FRESCA di stagione** (è consigliabile anticipare quest'ultima nello spuntino di metà mattina).
1 volta/settimana (preferibilmente in presenza di piatto unico o di primo piatto asciutto semplice e possibilmente nelle giornate più critiche come momento gratificante, ad esempio in presenza di legumi, minestre, ecc) la frutta può essere sostituita con Yogurt o con un Dolce semplice: gelato, budino, torta margherita, allo yogurt, ciambella, crostata, ecc.

(*) **Tipologie di formaggio:** ricotta, mozzarella, formaggio fresco di capra, primosale, robiola, caciotta, scamorza, fontina, toma (tipo Crodo, ecc.), parmigiano reggiano, grana padano, ecc.

(^*) **Tipologie di pesce:** platessa, sogliola, palombo, nasello o merluzzo, cernia, orata, trota, ecc.



ASL VCO
 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
 SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
 DIETISTA Dott.ssa Barbara SPADACINI

03 APR. 2013

COMUNE BAVENO

Scuole Materne

Menù autunno – inverno A.S. 2012/2013

Pasta e fagioli cannellini/ ceci/lenticchie Frittata alle verdure / Torta salata Insalata mista	Risotto alla milanese Prosciutto cotto/crudo/Bresaola Carote saltate con olio	Pasta al ragù di verdure Scaloppine di pollo al limone (al forno) Insalata di finocchi/Finocchi gratinati	Pizza pom. e mozzarella/napoletana ½ porzione di prosciutto cotto Insalata mista
Polenta Brasato/spezziatino/macinata di vitellone in umido Broccoli e carote saltate con olio oppure crude in insalata	Pasta con olio/burro e parmigiano Pesce (^) al forno Insalata mista	Minestra di legumi (passati) e cereali Frittata con patate/verdura (al forno) Insalata mista	Risotto alla milanese Pesce (^) impanato (al forno) Spinaci/erbette/coste saltate con olio
Pasta al pomodoro Cosce di pollo/coniglio al forno Erbette al limone/Spinaci saltati con olio	Pasta con pomodoro e piselli Formaggio (*) Spinaci saltati con olio	Risotto alla zucca/alla parmigiana Lonza agli aromi (al forno) Broccoli/cavolfiori e carote saltate con olio o crude in insalata	Pasta al pomodoro Tacchino al forno Insalata verde con verza
Pizza mozzarella e pomodoro ½ porzione di prosciutto cotto Insalata di finocchi/mista	Insalata mista/con barbabietole Pasta al forno (piatto unico)	Gnocchi di patate al pomodoro Formaggio (*) Coste saltate con olio	Tortellini di magro al burro e salvia/Pasta con pom. e ricotta ½ porzione formaggio (*) Carote crude o cotte con piselli al forno o al pomodoro
Minestrone/Passato con riso Pesce (^) alla mugnaia Patate in insalata	Minestra di riso e prezz./porri/spinaci Bocconcini di tacchino in umido Purea di patate	Minestrone/Passato con pasta Pesce (^) gratinato al forno Patate in insalata/al forno	Minestrone/Passato con orzo/riso Polpette di vitellone e verdura al forno Patate al forno/in umido

Il pranzo viene completato con **PANE COMUNE** e **FRUTTA FRESCA di stagione** (è consigliabile anticipare quest'ultima nello spuntino di metà mattina). 1 volta/settimana (preferibilmente in presenza di piatto unico o di primo piatto semplice e possibilmente nelle giornate più critiche come momento gratificante, ad esempio in presenza di legumi, minestre, ecc.) la frutta può essere sostituita con Yogurt o con un Dolce semplice: budino, gelato, torta margherita, allo yogurt, ciambella, crostata con frutta fresca o marmellata, ecc.

(*) **Tipologie di formaggio:** ricotta, mozzarella, formaggio fresco di capra, primosale, robiola, caciotta fresca, toma (tipo Crodo, ecc.), parmigiano regg., grana padano, ecc.

(^*) **Tipologie di pesce:** platessa, sogliola, palombo, nasello o merluzzo, cernia, pesce S. Pietro, orata, trota, ecc.



ASL VCO
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
DIETISTA Dott.ssa Barbara SPADACINI

03 APR. 2013

COMUNE BAVENO

Scuola Primaria

Menù primavera - estate A.S. 2012/2013

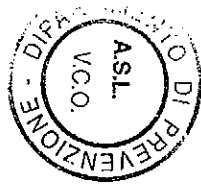
Lunedì	Pasta con pomodoro e piselli Caprese / oppure Formaggio (*) Insalata di pomodori	Risotto alla parmigiana/alla milanese Bresaola condita / Prosciutto crudo con melone Zucchine e/o melanzane al pomodoro o trifolate	Pasta al pesto Caprese / Formaggio (*) Insalata di pomodori	Pasta con pomodoro e basilico Frittata alle verdure / Torta salata Carote saltate con olio/in insalata
Martedì	Risotto alla parmigiana Uova sode / Frittata (al forno) Insalata verde / Zucchine gratinate	Pasta all'ortolana / ragù di verdura Pesce (^) al forno Insalata verde / mista	Passato di verdura con crostini Prosciutto cotto Patate e zucchine al forno	Pasta burro e salvia Pesce (^) gratinato al forno Insalata di pomodori
Giovedì	Crema di zucchine con riso Lonza arrosto Patate al forno	Pasta con olio / burro e parmigiano Polpettone di vitellone e verdura Insalata di fagiolini/Fagiolini all'olio	Risotto primavera Tacchino agli aromi Carote grattugiate in insalata	Pasta con pomodoro e olive Polpettone di vitellone e verdura Insalata mista

Il pranzo viene completato con **PANE COMUNE** e **FRUTTA FRESCA di stagione** (è consigliabile anticipare quest'ultima nello spuntino di metà mattina).

1 volta/settimana (preferibilmente in presenza di piatto unico o di primo piatto asciutto semplice e possibilmente nelle giornate più critiche come momento gratificante, ad esempio in presenza di legumi, minestre, ecc) la frutta può essere sostituita con Yogurt o con un Dolce semplice: gelato, budino, torta margherita, allo yogurt, ciambella, crostata, ecc.

(*) **Tipologie di formaggio:** ricotta, mozzarella, formaggio fresco di capra, primosale, robiola, caciotta, scamorza, fontina, toma (tipo Crodo, ecc.), parmigiano reggiano, grana padano, ecc.

(^*) **Tipologie di pesce:** platessa, sogliola, palombo, nasello o merluzzo, cernia, orata, trota, ecc.



ASL VCO
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
DIETISTA Dott.ssa Barbara SPADACINI

02 APR. 2013

COMUNE BAVENO

Scuola Primaria

Menù autunno – inverno A.S. 2012/2013

Lunedì	Risotto allo zafferano Prosciutto cotto Cavolfiori gratinati	Ravioli di magro al pomodoro Formaggio (*) Broccoli e carote saltate con olio	Pasta al ragù di verdure Scaloppine di pollo al limone (al forno) Insalata di finocchi/Finocchi gratinati	Pasta al pomodoro / con olive Frittata alle verdure / Torta salata Fagiolini in insalata/all'olio
Martedì	Passato di verdura con crostini Formaggio (*) Patate all'olio	Passato di verdura con farro/riso Arrosto/Bocconcini di tacchino Patate al forno	Crema di carote / verdura con riso / pasta Pesce (^) gratinato Spinaci/Erbe/Coste saltate con olio	Passato di legumi con crostini/riso Polpettone di ricotta e spinaci Carote in insalata / saltate con olio
Giovedì	Pasta al pomodoro Pesce (^) al forno / al pomodoro Fagiolini in insalata / all'olio	Risotto alla parmigiana Polpettone di vitellone Spinaci / Erbe / Coste saltate con olio	Pasta con ragù di verdure Cosette di pollo al forno Insalata di finocchi / Finocchi gratinati	Risotto alla zucca Scaloppine/Bocconcini di tacchino al limone Insalata di verze e carote

Il pranzo viene completato con **PANE COMUNE** e **FRUTTA FRESCA di stagione** (è consigliabile anticipare quest'ultima nello spuntino di metà mattina).

1 volta/settimana (preferibilmente in presenza di piatto unico o di primo piatto asciutto semplice e possibilmente nelle giornate più critiche come momento gratificante, ad esempio in presenza di legumi, minestre, ecc) la frutta può essere sostituita con Yogurt o con un Dolce semplice: budino, torta margherita, allo yogurt, ciambella, crostata, ecc.

(*) **Tipologie di formaggio:** ricotta, mozzarella, formaggio fresco di capra, primosale, robiola, caciotta, scamorza, fontina, toma (tipo Crodo, ecc.), parmigiano reggiano, grana padano, ecc.

(^*) **Tipologie di pesce:** platessa, sogliola, palombo, nasello o merluzzo, cernia, orata, trota, ecc.



ASL VCO
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
DIEGISTA Dott.ssa Barbara SPADACINI

03 APR. 2013

COMUNE BAVENO

Scuola Secondaria

Menù primavera - estate A.S. 2012/2013

Lunedì	Pasta con pomodoro e piselli Caprese / oppure Formaggio (*) Insalata di pomodori	Risotto alla parmigiana/alla milanese Bresaola condita / Prosciutto crudo con melone Zucchine e/o melanzane al pomodoro o trifolate	Pasta al pesto Caprese / Formaggio (*) Insalata di pomodori	Pasta con pomodoro e basilico Formaggio (*) Carote saltate con olio/in insalata
Martedì	Risotto alla parmigiana Uova sode / Frittata alle verdure Insalata verde / Zucchine gratinate	Pasta all'ortolana / ragù di verdura Pesce (^) al forno Insalata verde / mista	Pasta al pomodoro Prosciutto cotto Patate e zucchine al forno	Pasta burro e salvia Pesce (^) gratinato al forno Insalata di pomodori
Giovedì	Pasta al pesto / olio e parmigiano Lonza arrosto Spinaci / Erbette saltate con olio	Pasta con olio / burro e parmigiano Polpettone di vitellone e verdura Insalata di fagiolini/Fagiolini all'olio	Risotto primavera Tacchino agli aromi Carote grattugiate/Insalata mista	Pasta con pomodoro e olive Polpettone di vitellone e verdura Insalata mista

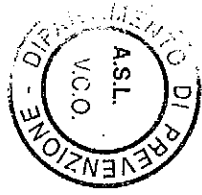
Il pranzo viene completato con **PANE COMUNE** e **FRUTTA FRESCA di stagione** (è consigliabile anticipare quest'ultima nello spuntino di metà mattina).

1 volta/settimana (preferibilmente in presenza di piatto unico o di primo piatto asciutto semplice e possibilmente nelle giornate più critiche come momento gratificante, ad esempio in presenza di legumi, minestre, ecc) la frutta può essere sostituita con Yogurt o con un Dolce semplice: gelato, budino, torta margherita, allo yogurt, ciambella, crostata, ecc.

(*) **Tipologie di formaggio:** ricotta, mozzarella, formaggio fresco di capra, primosale, robiola, caciotta, scamorza, fontina, toma (tipo Crodo, ecc.), parmigiano reggiano, grana padano, ecc.

(^) **Tipologie di pesce:** platessa, sogliola, palombo, nasello o merluzzo, cernia, orata, trota, ecc.

ASL VCO
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTARE E NUTRIZIONE
DIETISTA *Barbara SPADACINI*



10 3 APR 2013

COMUNE BAVENO

Scuola Secondaria

Menù autunno – inverno A.S. 2012/2013

Lunedì	Risotto allo zafferano Prosciutto cotto Cavolfiori gratinati	Ravioli di magro al pomodoro Formaggio (*) Broccoli e carote saltate con olio	Pasta al ragù di verdure Scaloppine di pollo al limone (al forno) Insalata di finocchi/Finocchi gratinati	Pasta al pomodoro / con olive Frittata alle verdure/ Torta salata Fagiolini in insalata/all'olio
Martedì	Pasta olio e parmigiano Formaggio (*) Patate e verdura all'olio	Gnocchi di patate burro e saivìa/al pomodoro Arrosto/Bocconcini di tacchino Verdura all'olio	Crema di carote / verdura con riso / pasta Pesce (^) gratinato Spinaci/Erbe/Coste saltate con olio	Pasta / Riso olio e parmigiano Polpettone di ricotta e spinaci Carote in insalata / saltate con olio
Giovedì	Pasta al pomodoro Pesce (^) al forno / al pomodoro Fagiolini in insalata / all'olio	Risotto alla parmigiana Polpettone di vitellone Spinaci / Erbe / Coste saltate con olio	Pasta con ragù di verdure Cosette di pollo al forno Insalata di finocchi / Finocchi gratinati	Risotto alla zucca Scaloppine/Bocconcini di tacchino al limone Insalata di verze e carote

Il pranzo viene completato con **PANE COMUNE** e **FRUTTA FRESCA di stagione** (è consigliabile anticipare quest'ultima nello spuntino di metà mattina).

1 volta/settimana (preferibilmente in presenza di piatto unico o di primo piatto asciutto semplice e possibilmente nelle giornate più critiche come momento gratificante, ad esempio in presenza di legumi, minestre, ecc) la frutta può essere sostituita con Yogurt o con un Dolce semplice: budino, torta margherita, allo yogurt, ciambella, crostata, ecc.

(*) **Tipologie di formaggio:** ricotta, mozzarella, formaggio fresco di capra, primosale, robiola, caciotta, scamorza, fontina, toma (tipo Crodo, ecc.), parmigiano reggiano, grana padano, ecc.

(^*) **Tipologie di pesce:** platessa, sogliola, palombo, nasello o merluzzo, cernia, orata, trota, ecc.



ASL VCO
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
DIETISTA Dott.ssa Barbara SPADACINI

03 APR. 2013