



## MENU' A SCELTA SOLO SU RICHIESTA SCUOLE INFANZIA PRIMAVERA ESTATE 2021

GIORNO	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
<b>LUNEDÌ</b>	Pinzimonio con salsa alle noci Parmigiana di melanzane Insalata con rucola	Bastoncini di carote Pasta al profumo di salvia Mozzarella pomodoro e basilico	Bastoncini di carote Pasta di legumi al ragù di seppia Ratatouille di verdure	Fusilli zafferano e prezzemolo Sformato di piselli e basilico Carote julienne
<b>MARTEDÌ</b>	Zuppa di legumi Uova sode Insalata russa	Insalata pomodori e mais Fusilli al pesto di sedano Crostino con tofu alle erbe aromatiche	Risotto salvia e limone Frittelle di lenticchie Cetrioli e mais	Insalata di farro con tofu Verdure ripiene al graten Valeriana e pinoli
<b>MERCOLEDÌ</b>	Cetrioli e carote al limone Tortelli ricotta e spinaci Tortino di ceci e peperoni	Risotto ai peperoni Pasticcio di merluzzo con capperi e olive Julienne di zucchine	Pomodori al forno Pasta ai pistacchi Girella di platessa	Cous cous estivo Hummus di ceci con crackers al rosmarino Chips di zucchine
<b>GIOVEDÌ</b>	Quinoa e miglio in insalata Involtino di zucchina e ricotta Carote con granella di mandorle	Rucola con sedano e mele Bis di pizza alla marinara e alle verdure	Insalata verde con olive Lasagnette di carasau con melanzane e scamorza	Insalata con frutta secca Pizza margherita
<b>VENERDÌ</b>	Radicchio con semi di girasole Schiacciata al pomodoro Halibut alla mediterranea	Vellutata asparagi e curcuma Mousse cannellini e spinaci Pomodori e menta	Zuppa di fave con crostini Nizzarda con uova Ravanelli con gomasio	Pomodori Pasta scarola e capperi Totani al forno Fagiolini con gomasio

Non si usano prodotti precotti fritti o prefritti si usa sale iodato e pane a ridotto contenuto di sale. A metà mattina viene distribuita frutta o verdura fresca di stagione.



**Tabella ingredienti principali utilizzati nel menù a scelta PRIMAVERA ESTATE 2021**

GIORNO	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
<b>LUNEDÌ</b>	<b>PRIMO:</b> Verdure miste, olio evo, noci del Brasile <b>SECONDO:</b> Melanzane, passata di pomodoro, grana padano, basilico	<b>PRIMO:</b> Pasta libera terra, olio evo, salvia, mandorle <b>SECONDO:</b> Mozzarella, pomodoro fresco, basilico, olio evo	<b>PRIMO:</b> Pasta di legumi, seppie, passata di pomodoro, aglio, olio evo <b>CONTORNO:</b> Verdure miste di stagione	<b>PRIMO:</b> Pasta di riso integrale, olio evo, zafferano, prezzemolo <b>SECONDO:</b> Piselli secchi, patate, basilico
<b>MARTEDÌ</b>	<b>PRIMO:</b> Fagioli cannellini, fagioli dell'occhio, rosmarino, olio evo <b>SECONDO:</b> Uova fresche, carote, patate, olio di arachide, latte di soia, limone	<b>PRIMO:</b> Fusilli di farro, foglie di sedano, limoni, pistacchi, pinoli, olio evo <b>SECONDO:</b> Tofu, erba cipollina, basilico, olio evo, pane	<b>PRIMO:</b> Riso integrale, pere, salvia, limone, olio evo <b>SECONDO:</b> Lenticchie, avena, alloro, olio evo	<b>PRIMO:</b> Farro, tofu, basilico, verdure miste <b>SECONDO:</b> Melanzane, peperoni, pane grattugiato, grana padano
<b>MERCOLEDÌ</b>	<b>PRIMO:</b> Farina 00, semola, uova, ricotta, grana, spinaci, pane grattugiato, olio evo <b>SECONDO:</b> Ceci, peperoni, verdure miste	<b>PRIMO:</b> Riso integrale, peperoni, cipolla <b>SECONDO:</b> Merluzzo, capperi, olive verdi, olio evo, limone	<b>ANTIPASTO:</b> Pomodori, olio evo, origano, aglio <b>PRIMO:</b> Pasta integrale, pistacchi, olio evo, lievito a scaglie <b>SECONDO:</b> Platessa, farina di mais, curcuma	<b>PRIMO:</b> Cous cous integrale, pomodori, olive verdi <b>SECONDO:</b> Ceci, semi di sesamo, aglio, prezzemolo, limone, olio evo, farina di farro, rosmarino
<b>GIOVEDÌ</b>	<b>PRIMO:</b> Miglio, quinoa, verdure miste, olio evo <b>SECONDO:</b> Zucchine, ricotta di pecora, timo, olio evo	<b>PIATTO UNICO:</b> Farina 0, farina saraceno, passata di pomodoro, lievito di birra, verdure miste, aglio, origano, fontal	<b>PIATTO UNICO:</b> Pane carasau, melanzane, pomodori pelati, basilico, scamorza	<b>PIATTO UNICO:</b> Farina 0, farina integrale, passata di pomodoro, mozzarella, fontal, lievito di birra, olio evo
<b>VENERDÌ</b>	<b>PRIMO:</b> Farina 0 e di farro, lievito di birra, pomodori freschi, olio evo, origano <b>SECONDO:</b> Halibut, prezzemolo, olive nere, aglio, olio evo	<b>PRIMO:</b> Asparagi, verdure miste, curcuma <b>SECONDO:</b> Fagioli cannellini, spinaci, patate, cipolla	<b>PRIMO:</b> Fave, verdure miste, crostini integrali <b>SECONDO:</b> Uova sode, pomodori, fagiolini, capperi, basilico, olive nere	<b>PRIMO:</b> Pasta di farro, scarola, capperi, olio evo, aglio <b>SECONDO:</b> Totani, pane grattugiato, farina di mais, olio evo

**Note:** Si riportano solo gli ingredienti principali – l'olio utilizzato è sempre olio extra vergine d'oliva, il sale è quello iodato, il grana è sempre Grana Padano, la pasta (di frumento, di farro e integrale) il riso e l'orzo provengono da agricoltura biologica così come tutti i legumi ed alcune verdure - la carne utilizzata è sempre fresca di origine italiana, il pesce è surgelato, il merluzzo e la platessa derivano da pesca sostenibile.



**Cremona**

COMUNE DI CREMONA  
Settore Politiche Educative  
Istruzione

# MENU SCUOLE INFANZIA