


COMUNE DI:	SUZZARA	ANNO SCOLASTICO:	2022/2023				
MENU':	NIDO PRIMAVERA	STAGIONALITA':	AUTUNNO-INVERNO				
			Lunedì	Martedì		Mercoledì	Giovedì

Spuntino **Lo spuntino è uguale tutte le settimane**

Frutta fresca invernale	Frutta fresca invernale	Frutta fresca invernale	Frutta fresca invernale	Frutta fresca invernale
-------------------------	-------------------------	-------------------------	-------------------------	-------------------------

Pranzo

Pasta al pomodoro e aromi	Riso alla parmigiana	Crema di lenticchie con orzo (B)	Pasta alla vellutata di zucca (B)	Crema di verdure miste e legumi *
Hamburger di bovino	Crocchette di merluzzo *	Spezzatino di pollo agli aromi (B)	Filetto di platessa in crosta di mais *	Pizza margherita
Erbette gratinate *	Fagiolini all'olio *	Spinaci alla parmigiana *	Carote all'olio	Cappuccino crudo
Insalata verde	Finocchi crudi	Carote crude	Insalata mista	
Frutta fresca invernale	Frutta fresca invernale	Frutta fresca invernale	Frutta fresca invernale	Frutta fresca invernale
Pane	Pane	Pane	Pane	Pane

Merenda

Frutta fresca invernale	Yogurt intero alla frutta	Barretta di cioccolata fondente e Pane	Biscotti secchi e Latte intero	Frutta fresca invernale
-------------------------	---------------------------	--	--------------------------------	-------------------------

Pranzo

Riso ai porri (B)	Pasta al pomodoro e aromi	Riso allo zafferano	Crema di verdure miste e legumi con orzo *	Pasta al pesto trapanese
Frittata al forno	Cotoletta di platessa *	Crocchette di patate e formaggio	Scaloppina di pollo al limone	Polpette di legumi e zucca*
Spinaci all'olio *	Fagiolini al prezzemolo *	Erbette gratinate *	Patate all'olio	Carote gratinate
Insalata verde	Finocchi crudi	Carote crude	Insalata mista	Cappuccino crudo
Frutta fresca invernale	Frutta fresca invernale	Frutta fresca invernale	Frutta fresca invernale	Frutta fresca invernale
Pane	Pane	Pane	Pane	Pane

Merenda

Frutta fresca invernale	Biscotti secchi e Thè	Biscotti secchi e Latte intero	Frutta fresca invernale	Yogurt intero alla frutta
-------------------------	-----------------------	--------------------------------	-------------------------	---------------------------

Pranzo

Riso alla zucca (B)	Crema di fagioli cannellini con farro (B)	Pasta al sugo di merluzzo (R) *	Crema di verdure miste e legumi *	Riso al ragù di zucchine, carote e cipolla (B)
Bocconcini di pollo agli aromi	Arrosti di suino alle erbe	Crocchette di verdure	Pizza margherita	Filetto di merluzzo gratinato *
Fagiolini all'olio *	Cavolfiore all'olio	Spinaci alla parmigiana *	Insalata mista	Erbette all'olio *
Insalata verde	Finocchi crudi	Carote crude		Cappuccino crudo
Frutta fresca invernale	Frutta fresca invernale	Frutta fresca invernale	Frutta fresca invernale	Torta alle mele (produzione interna)
Pane	Pane	Pane	Pane	Pane

Merenda

Torta margherita (produzione interna) e Thè	Biscotti secchi e Latte intero	Frutta fresca invernale	Frutta fresca invernale	Yogurt intero alla frutta
---	--------------------------------	-------------------------	-------------------------	---------------------------

Pranzo

Pasta ai piselli (R) *	Pasta al pomodoro e olive	Pasta alla ricotta e zafferano	Riso agli spinaci (B) *	Crema di fagioli borlotti con farro (B)
Frittata al forno	Cotoletta di platessa *	Burger di lenticchie	Fettina di pollo gratinata	Crocchette di merluzzo *
Spinaci alla parmigiana *	Broccoli gratinati	Erbette gratinate *	Carote prezzemolate	Fagiolini all'olio *
Insalata verde	Finocchi crudi	Carote crude	Insalata mista	Cappuccino crudo
Frutta fresca invernale	Frutta fresca invernale	Frutta fresca invernale	Frutta fresca invernale	Frutta fresca invernale
Pane	Pane	Pane	Pane	Pane

Merenda

Frutta fresca invernale	Barretta di cioccolata fondente e Pane	Frutta fresca invernale	Yogurt intero alla frutta	Biscotti secchi e Thè
-------------------------	--	-------------------------	---------------------------	-----------------------

Da	A
24/10/2022	30/10/2022
21/11/2022	27/11/2022
19/12/2022	25/12/2022
16/01/2023	22/01/2023
13/02/2023	19/02/2023
13/03/2023	19/03/2023
10/04/2023	16/04/2023

Da	A
31/10/2022	06/11/2022
28/11/2022	04/12/2022
26/12/2022	01/01/2023
23/01/2023	29/01/2023
20/02/2023	26/02/2023
20/03/2023	26/03/2023
17/04/2023	23/04/2023

Da	A
07/11/2022	13/11/2022
05/12/2022	11/12/2022
02/01/2023	08/01/2023
30/01/2023	05/02/2023
27/02/2023	05/03/2023
27/03/2023	02/04/2023
24/04/2023	30/04/2023

Da	A
14/11/2022	20/11/2022
12/12/2022	18/12/2022
09/01/2023	15/01/2023
06/02/2023	12/02/2023
06/03/2023	12/03/2023
03/04/2023	09/04/2023
01/05/2023	07/05/2023

- Utilizzo di **pane a ridotto contenuto di sale e senza strutto** / - Primi piatti con equilibrata presenza di preparazioni **asciutte e in brodo**, favorendo la **diversificazione dei cereali (pasta, riso, farro, mais, miglio, orzo)**.

- Secondi piatti a rotazione settimanale: **carne bianca** (colore **OCRA**), **pesce** (colore **AZZURRO**, almeno 1 volta a settimana), **legumi** (colore **VERDE** almeno 1 volta a settimana), **carne rossa** (colore **ROSSO**, bovino o suino, al massimo 2 volte al mese), **uova** (colore **GIALLO**, massimo 2 volte al mese), piatti a base di **formaggio** (colore **VIOLA**, massimo 3 volte al mese).

- Doppio contorno di verdure **crude e cotte** secondo stagionalità, servite come contorno (le tipologie indicate in menù potrebbero subire variazioni in base a stagionalità e disponibilità del fornitore)

- **Frutta fresca** secondo stagionalità

SI INFORMANO I CONSUMATORI CON ALLERGIE O INTOLLERANZE ALIMENTARI, o chi per essi (genitori/tutori), che negli alimenti e nelle bevande preparati e somministrati possono essere contenuti uno o più dei seguenti allergeni come ingredienti o in tracce derivanti dal processo produttivo: CEREALI CONTENENTI GLUTINE, CROSTACEI, UOVA, PESCE, ARACHIDI, SOIA, LATTE (INCLUSO LATTOSIO), FRUTTA A GUSCIO (MANDORLE, NOCCIOLE, NOCI, NOCI DI ACAGIU', NOCI DI PECAN, NOCI DEL BRASILE, PISTACCHI, NOCI MACADAMIA), SEDANO, SENAPE, SEMI DI SESAMO, ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI, LUPINI, MOLLUSCHI e tutti i derivati dei prodotti in elenco (ai sensi dell'Allegato II Reg. UE 1169/11 e s.m.i.). Le informazioni relative alla presenza di soggetti con allergie o intolleranze alimentari vengono raccolte mediante la presentazione di idonea certificazione medica e in fase di produzione vengono formulati pasti personalizzati, privi degli allergeni per cui risulta documentata una sensibilizzazione.