

**COMUNE DI ASSEMINI****Menu primaverile – estivo per le scuole primarie e dell'infanzia**

	<i>1ª Settimana</i>	<i>2ª Settimana</i>	<i>3ª Settimana</i>	<i>4ª Settimana</i>	<i>5ª Settimana</i>
<b>Lunedì</b>	Riso all'olio e parmigiano	Pasta al pomodoro	Malloreddus al pomodoro	Pasta al ragù vegetale	Riso al pomodoro
	Caprese (mozzarella e pomodoro)	Roast beef di vitellone	Bastoncini di merluzzo (*)	Uovo sodo	Fettine di vitello alla pizzaiola
	-----	Insalata (lattuga)	Insalata di pomodori* con origano	Insalata mista (iceberg e carote)	Insalata verde (iceberg)
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Pesca	Banana	Pera	Pesca	Melone o pesca
<b>Martedì</b>	Pasta al pomodoro fresco	Minestrone estivo con lenticchie e farro	Riso al pomodoro	Riso con crema di verdure	Passato di verdure con lenticchie
	Uovo sodo	Pecorino dolce	Hamburger di macinato misto (maiale e vitellone)	Platessa (*) alla parmigiana	Bocconcini di tacchino con patate
	Insalata di iceberg	Zucchine e carote al vapore	Insalata di pomodori	Insalata di pomodori	-----
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Pera	Yogurt alla frutta	Anguria o pera	Fragole	Banana
<b>Mercoledì</b>	Minestrone estivo con ceci	Riso con olio extravergine d'oliva e parmigiano	Ravioli di ricotta al pomodoro	Minestrone estivo con lenticchie	Pasta al pomodoro fresco
	Scaloppina di pollo al limone	Cotoletta di pollo al forno	Omelette al formaggio	Prosciutto cotto	Platessa (*) panata
	Carote a julienne	Pomodori	Fagiolini al vapore	Patate al forno	Insalata mista (iceberg e carote)
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
<b>Giovedì</b>	Pasta con crema di zucchine	Pizza Margherita	Pasta al pomodoro	Pasta al pesto di basilico e prezzemolo fresco	Pasta con olio extra vergine e parmigiano
	Platessa (*) panata	Prosciutto cotto	Fesa di tacchino al pomodoro	Pecorino dolce	Sformato di zucchine e patate
	Insalata di pomodori	Fagiolini(*) al vapore con olio e limone	Patate al forno	Fagiolini (*) al vapore con olio e limone	Insalata di pomodori
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Yogurt alla frutta
<b>Venerdì</b>	Pasta con tonno al naturale, olio e pomodorini	Pasta al pesto di basilico e prezzemolo fresco	Passata di verdure con riso e ceci	Lasagne all'uovo con ragù di verdure	Pizza margherita
	Polpette al sugo	Platessa (*) olio e limone	Mozzarella	Coscia di pollo arrosto	Pecorino dolce
	Insalata mista (iceberg e pomodori)	Insalata mista (carote e lattuga)	Insalata mista (lattuga e cetrioli)	Insalata di pomodori	Carote a julienne
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione

(\*) surgelato

Assemini, 8.3.2021

La Responsabile dei Servizi Educativi, Cultura, Sociali, Sport

Dott.ssa Valentina Melis

Documento firmato digitalmente ai sensi del TU 445/2000 e del D.Lgs. 82/2005 e rispettive norme collegate, che sostituisce il documento cartaceo e la firma autografa.

**COMUNE DI ASSEMINI****Menu autunnale – invernale per le scuole primarie e dell'infanzia**

	<i>1ª Settimana</i>	<i>2ª Settimana</i>	<i>3ª Settimana</i>	<i>4ª Settimana</i>	<i>5ª Settimana</i>
<b>Lunedì</b>	Minestrone di legumi misti	Pasta al pomodoro	Riso al pomodoro	Risotto allo zafferano	Pastina in brodo di carne
	Bocconcini di pollo in umido con patate	Coscia di pollo al forno	-----	Pecorino	Carne bollita
	-----	Patate al forno	Insalata verde con uovo sodo	Insalata mista (lattuga e carote)	Insalata di finocchi
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
<b>Martedì</b>	Pastina in brodo vegetale	Pasta all'olio	Pizza margherita	Zuppa di fagioli con riso e farro	Malloreddus al sugo
	Platessa (*) panata al forno	Sformato di zucchine	Prosciutto cotto	Hamburger di macinato misto (maiale e vitellone)	Pecorino dolce
	Carote a julienne	Finocchi	Finocchi in insalata	Insalata mista (lattuga e carote)	Insalata mista (carote e lattuga)
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
<b>Mercoledì</b>	Pizza Margherita	Riso all'olio e parmigiano	Pastina in brodo vegetale	Lasagne all'uovo con ragù di verdure	Minestrone di legumi misti
	Formaggio dolce	Fettina di manzo alla pizzaiola	Platessa (*) alla parmigiana	Vitello in umido	Polpette al sugo
	Insalata di iceberg	Bietole saltate	Verdure miste grigliate	Insalata di iceberg	Bietole saltate
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Yogurt alla frutta	Frutta fresca di stagione
<b>Giovedì</b>	Malloreddus al ragù di carne	Lasagne all'uovo con ragù di verdure	Passato di verdura e ceci	Pastina in brodo vegetale	Riso all'olio e parmigiano
	-----	Pecorino	Spezzatino di vitello in umido	Coscia di pollo al forno	Bastoncini (*) di merluzzo panati
	Insalata mista (lattuga e carote con uovo sodo)	Insalata mista (iceberg e carote)	Patate al forno	Patate al forno	Insalata di finocchi
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
<b>Venerdì</b>	Risotto alla crema di broccoli	Passato di verdura e lenticchie	Pasta al pomodoro	Pasta al pomodoro	Ravioli di ricotta al pomodoro
	Polpette al sugo	Platessa (*) panata al forno	Pecorino dolce	Palombo o nasello olio e limone (*)	Omelette con verdure
	Insalata di finocchi	Carote a julienne	Insalata di finocchi	Insalata di lattuga	Insalata di finocchi
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Yogurt alla frutta	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione

(\*) surgelato  
Assemini, 8.3.2021

La Responsabile dei Servizi Educativi, Cultura, Sociali, Sport  
Dott.ssa Valentina Melis

Documento firmato digitalmente ai sensi del TU 445/2000 e del D.Lgs. 82/2005  
e rispettive norme collegate, che sostituisce il documento cartaceo e la firma autografa