

## **PIANO DIETETICO ESTIVO CIR 2018/2019** (inizio mercoledì 12/9 con menù seconda settimana)

*Scuole dell'infanzia, primaria e secondaria di Lesmo – Camparada – Correzzana*

	<b>1° settimana</b>	<b>2° settimana</b>	<b>3° settimana</b>	<b>4° settimana</b>	<b>5° settimana</b>
<b>Lunedì</b>	Pasta all'amatriciana Bocconcini di mozzarella alla caprese( pomodori e basilico) Pane integrale Frutta di stagione	Penne con pomodorini crudi Bresaola olio e limone Carote crude Pane biologico Frutta di stagione	Passato di verdura* con crostini Uova strapazzate al pomodoro Zucchine trifolate* Pane biologico Frutta di stagione	Fusilli alla siciliana Frittata con verdure* Spinaci all'agro* Pane biologico Frutta di stagione	Ravioli di carne alla salvia Tortino ricotta e spinaci Insalata Pane biologico Frutta di stagione
<b>Martedì</b>	Lasagne al pesto Salume di tacchino Insalata verde Pane biologico Frutta biologica	Raviolini ricotta e spinaci in brodo Lonza al latte Patate lesse Pane integrale Frutta di stagione	Pasta olio e grana Prosciutto crudo (Cotto materne)/ Melone Insalata mista Pane biologico Frutta di stagione	Pasta pomodoro e zucchine* Scaloppine di tacchino alla salvia Tris verdure con piselli* Pane biologico Frutta di stagione	Pasta melanzane e pomodoro Strisce di totani impanati* Insalata mista Pane biologico Frutta di stagione
<b>Mercoledì</b>	Crema di carote*con crostini Cosce di pollo arrosto Purè di patate Pane biologico Frutta di stagione	Crema di legumi con crostini Hamburger vegetale* Pomodori al basilico Pane biologico Frutta di stagione	Risotto alla parmigiana Merluzzo*alla pizzaiola Fagiolini al vapore* Pane biologico Frutta di stagione	Semini in brodo Farinata di ceci Carote filangè Pane integrale Frutta di stagione	Crema di lenticchie con crostini Italico Pomodori Pane biologico Frutta di stagione
<b>Giovedì</b>	Piselli al vapore* Pizza margherita Pane biologico Yogurt biologico alla frutta	Pasta ortolana Bocconcini di pollo al limone Insalata verde con olive Pane biologico Yogurt biologico alla frutta	Gnocchi al pomodoro Arrosto di tacchino Pomodori in insalata Pane biologico Gelato	Insalata di riso Tonno all'olio Fagiolini al vapore* Pane biologico Yogurt biologico alla frutta	Risotto al pomodoro Scaloppine di lonza agli aromi Carote a fili Pane integrale Gelato
<b>Venerdì</b>	Pasta alla mediterranea Merluzzo*gratinato Erbette all'agro* Pane biologico Frutta di stagione	Risotto alla milanese Platessa*impanata Fagiolini *al vapore Pane biologico Frutta di stagione	Pasta integrale al pesto Polpette di manzo in umido Finocchi crudi Pane biologico Frutta di stagione	Pasta allo zafferano Polpette di verdure* Insalata verde con mais Pane biologico Frutta di stagione	Pasta al burro Cotoletta di tacchino Fagiolini al vapore* Pane biologico Frutta di stagione

**PRODOTTI PROVENIENTI DA AGRICOLTURA BIOLOGICA:** OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, YOGURT, PANE, UOVA, RISO, LEGUMI SECCHI, FARINA,PASTA,FRUTTA

\*Gli alimenti contrassegnati con asterisco sono preparati con alimenti surgelati/congelati all'origine

SI INFORMANO I CONSUMATORI ALLERGICI O INTOLLERANTI, O CHI PER ESSI (GENITORI O FAMILIARI, ETC...), A PORRE ATTENZIONE CHE NEGLI ALIMENTI E NELLE BEVANDE PREPARATI E SOMMINISTRATI POSSONO ESSERE *CONTENUTI UNO O PIÙ DEI SEGUENTI ALLERGENI COME INGREDIENTE O IN TRACCE DERIVANTI DAL PROCESSO PRODUTTIVO: **ELENCO DELLE SOSTANZE E/O DEI PRODOTTI CHE POSSONO PROVOCARE ALLERGIE O INTOLLERANZE** (ai sensi dell'Allegato II Reg. UE 1169/11, D. Lgs. 109/92, 88/2009 e s.m.i.)* Cereali contenenti glutine, Crostacei e prodotti a base di crostacei, Uova e prodotti a base di uova Pesce e prodotti a base di pesce, Arachidi e prodotti a base di arachidi, Soia e prodotti a base di soia, Latte e prodotti a base di latte (incluso lattosio), Frutta a guscio e loro prodotti, Sedano e prodotti a base di sedano, Senape e prodotti a base di senape, Semi di sesamo e prodotti a base di semi di sesamo, Anidride solforosa e solfiti in concentrazioni superiori a 10 mg/kg o 10 mg/litro, Lupini e prodotti a base di lupini, Molluschi e prodotti a base di molluschi

*Poiché le informazioni relative alla presenza di soggetti allergici sono state raccolte in precedenza mediante la presentazione di idonea certificazione medica, in fase di produzione verranno formulati pasti personalizzati, privi di ingredienti o tracce per cui risulta documentata una sensibilizzazione e/o allergia.*