

SCUOLA DON ORESTE BENZI

Scuola Primaria e Secondaria di I grado

Settimane: 18-22 settembre; 23-27 ottobre; 27 novembre-1 dicembre; 15-19 gennaio; 19-23 febbraio; 25-29 marzo; 29 aprile-3 maggio; 3-7 giugno

1° SETTIMANA	LUNEDI' carne rossa	MARTEDI' pesce	MERCOLEDI' formaggio	GIOVEDI' carne bianca	VENERDI' piatto unico legumi
PRANZO	Pasta all'olio	Risotto allo zafferano	Vellutata di zucca con orzo / farro / miglio	Pasta al pomodoro	Maltagliati con passato di fagioli
	Polpettine o polpettone di vitellone/manzo al sugo	Cotoletta di pesce	Pizza margherita	Scaloppina di tacchino/pollo al limone	Verdure crude di stagione
	Verdure gratinate al forno	Verdure crude con frutta secca tritata	Verdure crude di stagione	Verdure cotte di stagione	Bastoncini di patate gratinate al forno
	Pane	Pane	Pane	Pane semi-integrale/integrale	Pane
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca

SCUOLA DON ORESTE BENZI

Scuola Primaria e Secondaria di I grado

Settimane: 25-29 settembre; 30 ottobre-3 novembre; 4-8 dicembre; 22-26 gennaio; 26 febbraio-1 marzo; 1-5 aprile; 6-10 maggio

2° SETTIMANA	LUNEDI' uova	MARTEDI' carne bianca	MERCOLEDI' legumi	GIOVEDI' carne rossa (piatto unico)	VENERDI' pesce
PRANZO	Risotto alla zucca	Passato/minestrone di verdura con crostini di pane	Pasta di semola fresca o gnocchi di patate al pomodoro e basilico	Lasagne al forno con ragù	Spaghetti al tonno
	Frittata al latte con ketchup casalingo	Bocconcini pollo/tacchino gratinati al forno	Crocchette/polpette di ceci al forno	Verdure gratinate al forno	Pesce in crosta di mais
	Verdure crude con semi di sesamo	Verdura cotta con patate lesse	Verdure crude di stagione	Pinzimonio	Verdura cotta di stagione
	Pane	Pane semi-integrale/integrale	Pane	Pane	Pane
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca

SCUOLA DON ORESTE BENZI

Scuola Primaria e Secondaria di I grado

Settimane: 2-6 ottobre; 6-10 novembre; 11-15 dicembre; 29 gennaio-2 febbraio; 4-8 marzo; 8-12 aprile; 13-17 maggio

3° SETTIMANA	LUNEDI' legumi (piatto unico)	MARTEDI' formaggio	MERCOLEDI' pesce	GIOVEDI' uova (piatto unico)	VENERDI' carne rossa
PRANZO	Pasta pasticciata con besciamella e ragù di lenticchie rosse	Pasta al pomodoro e piselli	Pasta olio e parmigiano	Zuppa imperiale in brodo vegeta	Risotto al pomodoro
	Verdure crude di stagione	Squacquerone e rucola	Rosticciata di pesce	Verdure gratinate al forno	Straccetti di vitellone/manzo al rosmarino
	Verdure gratinate di stagione	Verdure crude di stagione	Pomodori al forno con erbe aromatiche	Purè di patate	Pinzimonio
	Pane	Spianata	Pane	Pane	Pane semi-integrale/integrale
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca

SCUOLA DON ORESTE BENZI

Scuola Primaria e Secondaria di I grado

Settimane: 9-13 ottobre; 13-17 novembre; 18-22 dicembre; 5-9 febbraio; 11-15 marzo; 15-19 aprile; 20-24 maggio

4° SETTIMANA	LUNEDI' formaggio	MARTEDI' pesce	MERCOLEDI' carne bianca "GIORNATA SENZA GLUTINE"	GIOVEDI' uova (piatto unico)	VENERDI' carne rossa
PRANZO	Pasta di semola fresca con pomodoro	Pasta all'ortolana	Risotto allo zafferano	Vellutata di legumi con crostini di pane o pastina	Pasta olio e parmigiano
	Mozzarella in carrozza / Bis di formaggi	Pesce in crosta di cereali e frutta secca	Pollo/tacchino gratinato in crosta di mais	Pizza al pomodoro	Crocchette di pesce al forno
	Verdure crude di stagione	Purè di patate e cavolfiore	Carote e piselli saltati	Verdure crude di stagione	Pomodori al forno con erbe aromatiche
	Pane semi-integrale/integrale	Pane	Galette di riso/mais	/	Pane
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca

SCUOLA DON ORESTE BENZI

Scuola Primaria e Secondaria di I grado

Settimane: 16-20 ottobre; 8-12 gennaio; 12-16 febbraio; 18-22 marzo; 22-26 aprile; 27-31 maggio

5° SETTIMANA	LUNEDI' carne rossa	MARTEDI' legumi	MERCOLEDI' pesce	GIOVEDI' formaggio	VENERDI' carne bianca
PRANZO	Riso alle verdure	Pastina in brodo vegetale	Pasta integrale al pomodoro	Pasta all'olio	Pasta al pesto trapanese
	Prosciutto cotto / crudo	Crocchette di legumi	Pesce gratinato al forno	Bis di formaggi	Arrosto di tacchino
	Verdure crude di stagione	Patate al forno	Verdure gratinate al forno	Verdure crude di stagione	Verdura cotta di stagione
	Spinata o Piadina	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca