Menù anno scolastico 2023/2024
Scuola Roccafranca

SETTIMANA DI RIFERIMENTO	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1° SETT.					
	Sedanini all'olio	Risotto al pomodoro e piselli	Mezzemaniche al pesto	Gnocchetti sardi pomodoro e olive	Minestra brodo di carne c/pastina
04/09/2023	Crescenza	Frittata semplice	Prosciutto cotto	Arrosto di tacchino al forno	Bast. di merluzzo dorati al forno
02/10/2023	Zucchine trifolate	Fagiolini al vapore	Cappucci verdi e viola	Carote julienne	Patate lesse al vapore
	Frutta di stagione	Budino alla vaniglia	Frutta di stagione	Banana	Frutta di stagione
2° SETT.					
	Risotto allo zafferano	Gnocchi al pomodoro	Farfalle all'olio	Pizza margherita	Passato di verdura
11/09/2023	Hamburger di manzo ai ferri	Prosciutto cotto	Filetto di limanda al limone	Asiago	Bocconcini di pollo al forno
09/10/2023	Insalata rossa e verde	Carote lesse al vapore	Spinaci in brasiera	Insalata verde e rossa	Piselli con aromi
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Banana
3° SETT.					
	Gnocchetti sardi al pomodoro	Orzotto con olive e carote	Crema di carote	Sedanini al pesto	Tortelloni ricotta e spinaci
18/09/2023	Prosciutto cotto	Bast. di merluzzo dorati al forno	Polpettone di carne al forno	Uovo sodo	Caprese: Bocc.Mozzarella
	Cappucci verdi	Fagiolini al vapore	Patate al forno	Carote lesse	Pomodori
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Banana	Budino alla vaniglia	Frutta di stagione
4° SETT.					
	Pizza Margherita	Crema di piselli	Conchiglie al pomodoro	Sedanini all'olio	Insalata di farro
25/09/2023	Latteria	Hamburger di manzo ai ferri	Legumi misti in brasiera	Filetto di limanda agli aromi	Arrosto di maiale al forno
	Pomodori	Patate lesse al vapore	Spinaci in brasiera	Insalata rossa e verde	Piselli c/aromi
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Banana	Frutta di stagione

MENU' PRIMAVERILE/ESTIVO

Verranno fornite le seguenti tipologie di frutta variate nell'arco della settimana: mele, pere, kiwi, arance , banane, fragole, prugne, susine, pesche, albicocche.

Il pane è a ridotto contenuto di sale (< 1,7% rispetto alla farina).

Si utilizza sale iodato.

e... Buon'Appetito

Menù anno scolastico 2023/2024
Scuola Roccafranca - NO CARNE

SETTIMANA DI RIFERIMENTO	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1° SETT.					
	Sedanini all'olio	Risotto al pomodoro e piselli	Mezzemaniche al pesto	Gnocchetti sardi pomodoro e olive	Minestra di verdure
04/09/2023	Crescenza	Frittata semplice	Lenticchie e fagioli in umido	Latteria	Bast. di merluzzo dorati al forno
02/10/2023	Zucchine trifolate	Fagiolini al vapore	Cappucci verdi e viola	Carote julienne	Patate lesse al vapore
	Frutta di stagione	Budino alla vaniglia	Frutta di stagione	Banana	Frutta di stagione
2° SETT.					
	Risotto allo zafferano	Gnocchi al pomodoro	Farfalle all'olio	Pizza margherita	Eliche pomodoro e ricotta
11/09/2023	Uovo sodo	Bocconcini di mozzarella	Filetto di limanda al limone	Asiago	Hamburger vegetale
09/10/2023	Insalata rossa e verde	Carote lesse al vapore	Spinaci in brasiera	Insalata verde e rossa	Piselli con aromi
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Banana
3° SETT.					
	Gnocchetti sardi al pomodoro	Orzotto con olive e carote	Crema di carote	Sedanini al pesto	Tortelloni ricotta e spinaci
18/09/2023	Legumi misti in brasiera	Bast. di merluzzo dorati al forno	Hambueger vegetale	Uovo sodo	Caprese: Bocc.Mozzarella
	Cappucci verdi	Fagiolini al vapore	Patate al forno	Carote lesse	Pomodori
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Banana	Budino alla vaniglia	Frutta di stagione
4° SETT.					
	Pizza Margherita	Crema di piselli	Conchiglie al pomodoro	Sedanini all'olio	Eliche al ragù vegetale
25/09/2023	Latteria	Polpette di soia	Legumi misti in brasiera	Filetto di limanda agli aromi	Uova strapazzate al pomodoro
	Pomodori	Patate lesse al vapore	Spinaci in brasiera	Insalata rossa e verde	Piselli c/aromi
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Banana	Frutta di stagione

MENU' PRIMAVERILE/ESTIVO

Verranno fornite le seguenti tipologie di frutta variate nell'arco della settimana: mele, pere, kiwi, arance , banane, fragole, prugne, susine, pesche, albicocche.

Il pane è a ridotto contenuto di sale (< 1,7% rispetto alla farina).

Si utilizza sale iodato.

e... Buon'Appetito

Menù anno scolastico 2023/2024
Scuola Roccafranca - NO MAIALE

SETTIMANA DI RIFERIMENTO	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1° SETT.	Sedanini all'olio	Risotto al pomodoro e piselli	Mezzemaniche al pesto	Gnocchetti sardi pomodoro e olive	Minestra di verdure
04/09/2023	Crescenza	Frittata semplice	Lenticchie e fagioli in umido	Arrosto di tacchino al forno	Bast. di merluzzo dorati al forno
02/10/2023	Zucchine trifolate	Fagiolini al vapore	Cappucci verdi e viola	Carote julienne	Patate lesse al vapore
	Frutta di stagione	Budino alla vaniglia	Frutta di stagione	Banana	Frutta di stagione
2° SETT.	Risotto allo zafferano	Gnocchi al pomodoro	Farfalle all'olio	Pizza margherita	Eliche pomodoro e ricotta
11/09/2023	Hamburger di manzo ai ferri	Bocconcini di mozzarella	Filetto di limanda al limone	Asiago	Bocconcini di pollo al forno
09/10/2023	Insalata rossa e verde	Carote lesse al vapore	Spinaci in brasiera	Insalata verde e rossa	Piselli con aromi
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Banana
3° SETT.	Gnocchetti sardi al pomodoro	Orzotto con olive e carote	Crema di carote	Sedanini al pesto	Tortelloni ricotta e spinaci
18/09/2023	Legumi misti in brasiera	Bast. di merluzzo dorati al forno	Petto di pollo ai ferri	Uovo sodo	Caprese: Bocc.Mozzarella
	Cappucci verdi	Fagiolini al vapore	Patate al forno	Carote lesse	Pomodori
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Banana	Budino alla vaniglia	Frutta di stagione
4° SETT.	Pizza Margherita	Crema di piselli	Conchiglie al pomodoro	Sedanini all'olio	Eliche al ragù vegetale
25/09/2023	Latteria	Hamburger di manzo ai ferri	Legumi misti in brasiera	Filetto di limanda agli aromi	Uova strapazzate al pomodoro
	Pomodori	Patate lesse al vapore	Spinaci in brasiera	Insalata rossa e verde	Piselli c/aromi
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Banana	Frutta di stagione

MENU' PRIMAVERILE/ESTIVO

Verranno fornite le seguenti tipologie di frutta variate nell'arco della settimana: mele, pere, kiwi, arance , banane, fragole, prugne, susine, pesche, albicocche.

Il pane è a ridotto contenuto di sale (< 1,7% rispetto alla farina).

Si utilizza sale iodato.

e... Buon'Appetito

Menù anno scolastico 2023/2024
Scuola Roccafranca - NO MANZO

SETTIMANA DI RIFERIMENTO	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1° SETT.	Sedanini all'olio	Risotto al pomodoro e piselli	Mezzemaniche al pesto	Gnocchetti sardi pomodoro e olive	Minestra di verdure
04/09/2023	Crescenza	Frittata semplice	Lenticchie e fagioli in umido	Arrosto di tacchino al forno	Bast. di merluzzo dorati al forno
02/10/2023	Zucchine trifolate	Fagiolini al vapore	Cappucci verdi e viola	Carote julienne	Patate lesse al vapore
	Frutta di stagione	Budino alla vaniglia	Frutta di stagione	Banana	Frutta di stagione
2° SETT.	Risotto allo zafferano	Gnocchi al pomodoro	Farfalle all'olio	Pizza margherita	Eliche pomodoro e ricotta
11/09/2023	Uovo sodo	Prosciutto cotto	Filetto di limanda al limone	Asiago	Bocconcini di pollo al forno
09/10/2023	Insalata rossa e verde	Carote lesse al vapore	Spinaci in brasiera	Insalata verde e rossa	Piselli con aromi
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Banana
3° SETT.	Gnocchetti sardi al pomodoro	Orzotto con olive e carote	Crema di carote	Sedanini al pesto	Tortelloni ricotta e spinaci
18/09/2023	Legumi misti in brasiera	Bast. di merluzzo dorati al forno	Petto di pollo	Uovo sodo	Caprese: Bocc.Mozzarella
	Cappucci verdi	Fagiolini al vapore	Patate al forno	Carote lesse	Pomodori
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Banana	Budino alla vaniglia	Frutta di stagione
4° SETT.	Pizza Margherita	Crema di piselli	Conchiglie al pomodoro	Sedanini all'olio	Eliche al ragù vegetale
25/09/2023	Latteria	Falafel	Legumi in brasiera	Filetto di limanda agli aromi	Arrosto di maiale al forno
	Pomodori	Patate lesse al vapore	Spinaci in brasiera	Insalata rossa e verde	Piselli c/aromi
	Frutta di stagione	Banana	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione

MENU' PRIMAVERILE/ESTIVO

Verranno fornite le seguenti tipologie di frutta variate nell'arco della settimana: mele, pere, kiwi, arance , banane, fragole, prugne, susine, pesche, albicocche.

Il pane è a ridotto contenuto di sale (< 1,7% rispetto alla farina).

Si utilizza sale iodato.

e... Buon'Appetito

Menù anno scolastico 2023/2024
Scuola Roccafranca - NO CARNE NO PESCE

SETTIMANA DI RIFERIMENTO	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1° SETT.	Sedanini all'olio	Risotto al pomodoro e piselli	Mezzemaniche al pesto	Gnocchetti sardi pomodoro e olive	Minestra di verdure
04/09/2023	Crescenza	Frittata semplice	Lenticchie e fagioli in umido	Latteria	Hamburger vegetale
02/10/2023	Zucchine trifolate	Fagiolini al vapore	Cappucci verdi e viola	Carote julienne	Patate lesse al vapore
	Frutta di stagione	Budino alla vaniglia	Frutta di stagione	Banana	Frutta di stagione
2° SETT.	Risotto allo zafferano	Gnocchi al pomodoro	Farfalle all'olio	Pizza margherita	Eliche pomodoro e ricotta
11/09/2023	Uovo sodo	Bocconcini di mozzarella	Legumi con aromi	Asiago	Hamburger vegetale
09/10/2023	Insalata rossa e verde	Carote lesse al vapore	Spinaci in brasiera	Insalata verde e rossa	Piselli con aromi
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Banana
3° SETT.	Gnocchetti sardi al pomodoro	Orzotto con olive e carote	Crema di carote	Sedanini al pesto	Tortelloni ricotta e spinaci
18/09/2023	Legumi misti in brasiera	Falafel	Latteria	Uovo sodo	Caprese: Bocc.Mozzarella
	Cappucci verdi	Fagiolini al vapore	Patate al forno	Carote lesse	Pomodori
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Banana	Budino alla vaniglia	Frutta di stagione
4° SETT.	Pizza Margherita	Crema di piselli	Conchiglie al pomodoro	Sedanini all'olio	Eliche al ragù vegetale
25/09/2023	Latteria	Falafel	Legumi in brasiera	Hamburger vegetale	Uova strapazzate al pomodoro
	Pomodori	Patate lesse al vapore	Spinaci in brasiera	Insalata rossa e verde	Piselli c/aromi
	Frutta di stagione	Banana	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione

MENU' PRIMAVERILE/ESTIVO

Verranno fornite le seguenti tipologie di frutta variate nell'arco della settimana: mele, pere, kiwi, arance , banane, fragole, prugne, susine, pesche, albicocche.

Il pane è a ridotto contenuto di sale (< 1,7% rispetto alla farina).

Si utilizza sale iodato.

e... Buon'Appetito