

**MENU' invernale**

**COMUNE DI FOLLO infanzia elementari medie**

**DIETA VEGETARIANA**

SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<b>Prima</b>	Pasta ragu vegetale (all.1,7,9) Torta di riso (all.7,3) Spinaci saltati Yogurt (all.7)/Pane (all.1)	Pizza (all.1,7,9) Stracchino (all.7) Insalata mista Crostatina (all.1,3,7,8,6,10,11) Pane (all.1)	Pasta al pesto (all.1,7,5,8) <b>Legumi aromatizzati</b> Pure di patate Frutta/ Pane (all.1)	Lasagne al pomodoro (all.1,3,7,9) <b>Frittata con formaggio (all.3,7)</b> Finocchi in insalata Frutta / Pane (all.1)	Passato di verdura * con Pasta (all.1,7,9) <b>Crocchette di Patate (all.1,3)</b> Fagiolini * al vapore Frutta – Pane (all.1)
<b>Seconda</b>	Lasagne al Pomodoro (all.1,3,7,9) Primo sale (all.7) Insalata verde con mais Crostatina(all.1,3,7,8,6,10,11) - Pane (all.1)	Pasta all'olio (all.1) Torta di riso Carote a rondelle Frutta-Pane (all.1)	Pasta alla Portofino (all.1,9,8,7,5) <b>Formaggio (all.7)</b> Spinaci Saltati * Frutta – Pane (all.1)	Risotto alla parmigiana (all.7) <b>Polpette di legumi (all.1,3,7)</b> Purè di patate (all.7) Budino (all.7) - Pane (all.1)	Crema di Zucca con riso (all.7,9) <b>Sformato vegetariano (all.1,3,7)</b> Fagiolini* all'olio Frutta – Pane (all.1)
<b>Terza</b>	Pizza (all.1,7,9) <b>Legumi all'olio</b> Cavolfiore Budino (all.7) – Pane (all.1)	Pasta al pesto (all.1,7,5,8) <b>Farinata (all.1)</b> Carote trifolate Frutta – Pane (all.1)	Pasta all'olio (all.1,7) Frittata al prosciutto e formaggio (all.3,7) Fagiolini al vapore * Frutta – Pane (all.1)	Pasta al Pomodoro (all.1,7,9) <b>Crocchette di patate (all.1,3,7)</b> Spinaci Saltati * Yogurt (all.7) - Pane (all.1)	Crema di legumi con Riso (all.7,9) Sformato di ricotta e spinaci *(all.7,3) Carote flangè Frutta – Pane (all.1)
<b>Quarta</b>	Pasta in salsa aurora (all.1,7,8) <b>Frittata di verdure (all.3,7)</b> Patate al forno* (all.7) Frutta - Pane (all.1)	Ravioli burro e salvia (all.1,3,7.) Farinata Piselli trifolati * Budino (all.7) -pane – (all.1)	<b>Pasta al pomodoro (all.1,7,9)</b> caciotta Carote julienne Yogurt (all.7) – Pane (all.1)	Risotto alla zucca Tortino di verdura (all.1,3,7) Spinaci con formaggio Frutta – Pane (all.1)	Passato di verdura * con Pasta (all.1,7,9) <b>Crocchette di Patate (all.1,7,3)</b> Finocchi Cotti Frutta – Pane (all.1)

**TABELLA ALLERGENI**, sostanze che provocano allergie o intolleranze nel rispetto del Regolamento CE 1169/2011.

I piatti contrassegnati con \* potrebbero essere surgelati o contenere alimenti surgelati.

Dott.ssa Vignali Serena

1. <b>Cereali contenente glutine</b> , cioè grano, segale, orzo, avena, farro, kamut o i loro ceppi ibridati e prodotti derivati	6. <b>Soia</b> e prodotti a base di soia, tranne l'olio e grasso di soia	11. <b>Semi di sesamo</b> e prodotti a base di semi di sesamo
2. <b>Crostacei</b> e prodotti a base di crostacei	7. <b>Latte</b> e prodotti a base di latte, incluso lattosio	12. <b>Anidride solforosa e solfiti</b> (se in concentrazioni superiori a 10 mg/kg o 10 mg/l come SO <sub>2</sub> )
3. <b>Uova</b> e prodotti a base di uova	8. <b>Frutta a guscio</b> , cioè mandorle, noci comuni, anacardi, noci di pecan, noci del Brasile, pistacchi, noci del Queensland e prodotti derivati	13. <b>Lupini</b> e prodotti a base di lupini
4. <b>Pesce</b> e prodotti a base di pesce	9. <b>Sedano</b> e prodotti a base di sedano	14. <b>Molluschi</b> e prodotti a base di molluschi
5. <b>Arachidi</b> e prodotti a base di arachidi	10. <b>Senape</b> e prodotti a base di senape	