



MENÙ AUTUNNO/INVERNO – SCUOLA PRIMARIA

COMUNE DI MONOPOLI

Pranzo	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
sett.1	pasta e ricotta al pomodoro *1-7	pasta con ceci e pomodoro *1	riso in brodo vegetale *7	antipasto di finocchi e arancia/mela	pasta integrale con minestrone *1-7
	frittata di cavolfiore al forno *3-7	sformato di robiola e carote	scaloppina di pollo al forno con contorno di insalata mista *1	lasagna con zucca e ricotta *1-3-7	filetto di merluzzo panato al forno *1-4
	pane di tipo integrale *1	pane di tipo 0 *1	pane di tipo 0 *1	pane di tipo integrale *1	pane di tipo 0 *1
	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione
sett.2	frittata di verdure miste *3-7	pasta e lenticchie *1	antipasto di finocchi e carote	pasta integrale e patate al pomodoro *1-7	risotto alla zucca *7
	pasta al pomodoro *1-7	ricotta di vacca *7	pastina in brodo vegetale *1-7	scaloppina di maiale al limone con contorno di spinaci saltati *1	orata alla mugnaia *1-4
	pane di tipo integrale *1	zucca al parmigiano al forno *7	polpette di vitello in brodo *1-3-7	pane di tipo 0 *1	insalata mista
	frutta fresca di stagione	pane di tipo 0 *1	pane di tipo integrale *1	frutta fresca di stagione	pane di tipo integrale *1
sett.3	-	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	-	frutta fresca di stagione
	pasta e ricotta *1-7	riso e piselli	pasta integrale al pomodoro *1-7	antipasto di finocchi e arancia/mela	pasta con crema di carote *1-7
	schiaacciata di zucca al forno *1-3-7	sformato di stracchino e cavolfiore *1-3-7	arrosto di tacchino al forno con contorno di insalata mista	pasta al forno *1-7	polpette di platessa e spinaci al forno *1-3-4
	pane di tipo integrale *1	pane di tipo 0 *1	pane di tipo 0 *1	pane di tipo integrale *1	pane di tipo 0 *1
sett.4	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	-	frutta fresca di stagione
	pasta integrale con passato di verdure *1-7	antipasto di broccoli e carote al vapore	pasta con crema di spinaci *1-7	antipasto di finocchi e carote	farro al pomodoro *1-7
	frittata al forno *3-7	pasta e lenticchie *1	hamburger di vitello al pomodoro	riso in brodo vegetale *7	orata in crosta di patate con contorno di carote lesse prezzemolate *4
	insalata mista	ricotta di vacca *7	insalata	bocconcini di pollo al limone *1	pane di tipo 0 *1
	pane di tipo 0 *1	pane di tipo integrale *1	pane di tipo 0 *1	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione
	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	-	-

* Ricette presenti in tutti i Pranzi suddivise per ogni giorno

ALLERGENI PRESENTI: *1. Glutine - *3. Uova e prodotti a base di uova - *4. Pesci e prodotti a base di pesce - *7. Latte e prodotti a base di latte





MENÙ AUTUNNO/INVERNO – SCUOLA PRIMARIA

COMUNE DI MONOPOLI

Pranzo	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
sett.1	pasta e ricotta al pomodoro 120g	pasta con ceci e pomodoro 115g	riso in brodo vegetale 200g	insalata di finocchi e arancia 170g	pasta integrale con minestrone 170g
	frittata di cavolfiore al forno 170g	sformato di robiola e carote 160g	scaloppina di pollo al limone 80g	lasagna con zucca e ricotta 220g	filetto di merluzzo panato al forno 100g
	pane di tipo integrale 60g	pane di tipo 0 50g	insalata mista 45g	pane di tipo integrale 60g	pane di tipo 0 50g
	frutta fresca di stagione 150g	frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo 0 50g	frutta fresca di stagione 150g	frutta fresca di stagione 150g
sett.2	frittata di verdure miste 170g	pasta e lenticchie 85g	insalata di finocchi e carote 105g	pasta integrale e patate al pomodoro 130g	risotto alla zucca 170g
	pasta al pomodoro 100g	ricotta di vacca 50g	pastina in brodo vegetale 200g	scaloppina di maiale al limone 80g	orata alla mugnaia 100g
	pane di tipo integrale 60g	zucca al parmigiano al forno 160g	polpette di vitello in brodo 90g	spinaci saltati 155g	insalata mista 45g
	frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo 0 50g	pane di tipo integrale 60g	pane di tipo 0 50g	pane di tipo integrale 60g
	frutta fresca di stagione 150g	frutta fresca di stagione 150g	frutta fresca di stagione 150g	frutta fresca di stagione 150g	frutta fresca di stagione 150g
sett.3	pasta e ricotta 90g	riso e piselli 105g	pasta integrale al pomodoro 100g	insalata di finocchi e arancia 170g	pasta con crema di carote 170g
	schiacciata di zucca al forno 185g	sformato di stracchino e cavolfiore 160g	arrosto di tacchino al forno 135g	pasta al forno 150g	polpette di piatessa e spinaci al forno 185g
	pane di tipo integrale 60g	pane di tipo 0 50g	insalata mista 45g	pane di tipo integrale 60g	pane di tipo 0 50g
	frutta fresca di stagione 150g	frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo 0 50g	frutta fresca di stagione 150g	frutta fresca di stagione 150g
sett.4	pasta integrale con passato di verdure 170g	broccoli e carote al vapore 155g	pasta con crema di spinaci 170g	insalata di finocchi e carote 105g	farro al pomodoro 100g
	frittata al forno 70g	pasta e lenticchie 85g	hamburger di vitello al pomodoro 95g	riso in brodo vegetale 200g	filetti di orata in crosta di patate 150g
	insalata mista 45g	ricotta di vacca 50g	insalata 45g	bocconcini di pollo al limone 80g	carote lesse prezzemolate 155g
	pane di tipo 0 50g	pane di tipo integrale 60g	pane di tipo 0 50g	pane di tipo integrale 60g	pane di tipo 0 50g
	frutta fresca di stagione 150g	frutta fresca di stagione 150g	frutta fresca di stagione 150g	frutta fresca di stagione 150g	frutta fresca di stagione 150g

* Ricette presenti in tutti i Pranzi suddivise per ogni giorno con la relativa grammatura

