

1	Cereali contenenti glutine e prodotti derivati (grano, segale, orzo, avena, farro, kamut)	8	Frutta a guscio e loro prodotti (mandorle, nocciole, noci, noci di acagiù, di pecan, del Brasile, pistacchi, noci macadamia)
2	Crostacei e prodotti a base di crostacei	9	Sedano e prodotti a base di sedano
3	Uova e prodotti a base di uova	10	Senape e prodotti a base di senape
4	Pesce e prodotti a base di pesce	11	Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
5	Arachidi e prodotti a base di arachidi	12	Solfiti in concentrazioni superiori a 10 mg/kg
6	Soia e prodotti a base di soia	13	Lupini e prodotti a base di lupini
7	Latte e prodotti a base di latte	14	Molluschi e prodotti a base di molluschi

Menù invernale

Sempre:

- olio extra vergine d'oliva,

- **pane a ridotto contenuto di sale (1,7%) e grassi, alternando pane di grano duro e integrale,**

- frutta (anche metà mattina, di stagione, una volta alla settimana va bene anche cotta senza zucchero aggiunto.)

- **Le portate in grassetto contengono allergeni (Reg. CE. 1169/11). Chiedere informazioni ad addetto mensa.**

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
SETTIMANA 1	-Pasta e fagioli (1) -Finocchi gratinati (1) -mela	-Risotto alla parmigiana (7,9) -Sogliola al forno (4) -Erbette all'olio -pera	-Crema di broccoli con orzo (1,9) -frittatina al forno con patate e spinaci (3,7) -banana	-farro alle verdure (1) -ricotta (7) -Carote alla julienne -mela	-Polenta al sugo -pollo alla cacciatora (9) -insalata di finocchi -clementine/arancio
SETTIMANA 2	-Crema di porri e patate oppure di carote (1,7) -Merluzzo al forno con Patate e verdure (4) -clementine/arancio	-Farrotto allo zafferano (1,7) -Puré di cannellini (9) -broccoletti stufati -mela	-Pasta integrale al pomodoro e basilico (1) -Uovo sodo (3) -biete all'olio -banana	-Cannelloni con ricotta e spinaci (1,7) -carote alla julienne -pera	-Riso agli aromi (7) -Arrosto di tacchino -Insalata mista (carote, finocchi, lattuga) -pera
SETTIMANA 3	-Orecchiette con i broccoli (1) -nasello con capperi e olive (4) -carote julienne -uva	-Risotto alla zucca (7) -Frittata al forno (3,7) -Erbette -clementine/arancio	-Passato di verdura con Orzo (1,9) -Farinata di ceci -Patate al forno al rosmarino -mela	-pizza margherita (1,7) -insalata -pera	-pastina in brodo vegetale (1,7) -scaloppine di vitello al al limone (1) -cavolfiore gratinato (1) -mela
SETTIMANA 4	-Risotto con radicchio e Scamorza (7,9) -insalata mista (carote, finocchi, lattuga) -banana	-Zuppa di farro (1) -Frittata alle verdure (3,7) -carote al vapore -pera	-gnocchetti di patate al pesto (1,7) -bresaola olio e limone -insalata -mela	-Passato di verdura (9) -Crepes di ceci con ripieno di verdure -Patate al forno -clementine/arancio	-Pasta integrale al pomodoro e basilico (1) -polpette di pesce (1,4) -finocchi al vapore -mela

Menù estivo

Sempre:

- olio extra vergine d'oliva,
- **pane a ridotto contenuto di sale (1,7%) e grassi, alternando pane di grano duro e integrale**
- frutta (a metà mattina, di stagione, una volta alla settimana va bene anche cotta senza zucchero aggiunto)
- **Le portate in grassetto contengono allergeni (Reg. CE. 1169/11). Chiedere informazioni ad addetto mensa**

1	Cereali contenenti glutine e prodotti derivati (grano, segale, orzo, avena, farro, kamut)	8	Frutta a guscio e loro prodotti (mandorle, nocciole, noci, noci di acagiù, di pecan, del Brasile, pistacchi, noci macadamia)
2	Crostacei e prodotti a base di crostacei	9	Sedano e prodotti a base di sedano
3	Uova e prodotti a base di uova	10	Senape e prodotti a base di senape
4	Pesce e prodotti a base di pesce	11	Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
5	Arachidi e prodotti a base di arachidi	12	Solfiti in concentrazioni superiori a 10 mg/kg
6	Soia e prodotti a base di soia	13	Lupini e prodotti a base di lupini
7	Latte e prodotti a base di latte	14	Molluschi e prodotti a base di molluschi

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
SETTIMANA 1	-Orzotto con verdure estive (1,9) -Uovo sodo (3) -Insalata di pomodori -albicocche	-Pasta integrale al pomodoro (1) -formaggio a pasta dura (7) -Fagiolini -mela	-passato di verdura con crostini (1,9) -Pesce al forno con patate (4) -pesca	-Risotto al prezzemolo (7) -Petto di pollo alla diavola -Insalata di cetrioli -banana	-piadina integrale con humus di cannellini (1) -fagiolini -mela
SETTIMANA 2	-Pasta con zucchine (1) -filetti di platessa impanati con verdura al forno (1,4) -pesca	-Gnocchetti di patate alle melanzane (1) -Frittata al forno (3,7) -fagiolini olio e limone -banana	-Farro al pesto di pomodorini, pinoli e basilico (1) -burger di ceci al forno (1) -insalata verde -albicocche	-crema di zucchine e piselli con orzo alla menta (1) -bresaola olio e limone -patate prezzemolate -mela	-lasagne con ragù di verdure (1,7,9) -Carote julienne -pera
SETTIMANA 3	-pizza margherita (1,7) -insalata verde -mela	-Risotto con asparagi (7) -Arrostato di lonza -carote all'olio e limone -albicocche	-Pasta integrale alle verdure (1) -fagioli borlotti al pomodoro -fagiolini -banana	-farro alla crudaiola (1) -frittata di zucchine al forno (3,7) -Insalata -pesca	-riso in brodo (7) -Seppioline in umido (14) -insalata di patate -pera
SETTIMANA 4	-Vellutata di fave e patate con crostini di pane (1) -formaggio a pasta molle (7) -patate prezzemolate in insalata -mela	-Insalata di riso estiva con piselli -fagiolini al vapore -banana	-Pennette al pesto di zucchine e pinoli (1) -Sogliola impanata al forno (1,4) -Lattuga -mela	-orzotto allo zafferano (1,7,9) -scaloppine di vitello al rosmarino (1) -Insalata -pesca	-Pasta al pomodoro e basilico (1) -uovo sodo (3) -verdure miste al forno (carote, zucchine, melanzane..) -albicocche