



## Allegato 18

### MENÙ SCUOLE SECONDARIE DI 1° GRADO

#### MENÙ INVERNALE 1<sup>a</sup> – 4<sup>a</sup> settimana

GIORNO	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
LUNEDÌ	Crema di verdure e legumi con crostini Cosce di pollo Patate arrosto Pane integrale Frutta di stagione	Carote fresche crude Polenta e brasato di vitellone Pane Torta di mele	Pasta al ragù di lonza Tortino di verdure (1/2 porzione) Pane integrale Fetta di crostata	Pasta all'amatriciana Cotoletta di vitello Piselli alla salvia Pane Frutta di stagione
MARTEDÌ	Risotto alla zucca e rosmarino Formaggi misti Carote crude fresche Pane e frutta di stagione	Pasta agli aromi Wurstel di puro suino Lenticchie al pomodoro (1/2 razione) Pane integrale Frutta di stagione	Minestra con pasta e lenticchie Petto di pollo alla salvia e rosmarino Patate arrosto Pane e frutta di stagione	Pasta alle verdure Bocconcini di pesce dorati /Nuggets Lattuga Pane e frutta di stagione
MERCOLEDÌ	Pasta all'abruzzese Scaloppe di lonza al pomodoro Piselli agli aromi Pane e frutta di stagione	Minestrone di verdure con riso e orzo Cotoletta di pesce (non prefritta) Lattuga Pane e frutta di stagione	Tortelli di magro al burro e salvia Rotolo di frittata o Frittata con pancetta Finocchi crudi Pane e frutta di stagione	Risotto allo zafferano Mozzarella Fagiolini Pane integrale Frutta di stagione <b>oppure</b> Pizza margherita Provolone dolce (1/2 porzione) Fagiolini Pane e frutta di stagione
GIOVEDÌ	Pasta tricolore allo speck e besciamella Rotolo di frittata o frittata al prosciutto Sformato di spinaci Pane e frutta di stagione	Pasta al pesto e fagiolini Bocconcini di tacchino al pomodoro Coste gratinate al forno con besciamella Pane e frutta di stagione	Risotto al pomodoro Certosa o robiola Fagiolini aglio e olio Pane e frutta di stagione	Pasta al pomodoro Prosciutto cotto e crudo Carote fresche crude <b>Oppure</b> Piadina con crescenza e prosciutto crudo Carote fresche crude Pane e Yogurt alla frutta
VENERDÌ	Pasta integrale al pomodoro Bastoncini di salmone Insalata (Iceberg) Pane e frutta di stagione	Gnocchi al pomodoro e basilico Mozzarella Finocchi, insalata e olive Pane e frutta di stagione	Pasta all'ortolana Filetti di platessa o branzino gratinati/Bastoncini di totano Carote crude Pane e frutta di stagione	Crema di verdure e legumi con pasta Arrosto di tacchino alle erbe Patate arrosto Pane integrale Frutta di stagione

Il presente menù è stato elaborato in base alle " Linee guida 2012 per la formulazione di tabelle dietetiche standard" dell'ASL Monza e Brianza.

#### NB

- La banana deve essere servita una volta alla settimana (non si specifica il giorno per permetterne la distribuzione al giusto grado di maturazione).
- Nelle caselle dove è inserito il doppio menù (...oppure...) (.../...)si lascia ad ogni scuola, in accordo con la relativa commissione mensa, la facoltà di decidere quale dei due menù applicare



## MENÙ SCUOLE SECONDARIE DI 1° GRADO

### MENÙ INVERNALE 5<sup>a</sup> – 8<sup>a</sup> settimana

GIORNO	QUINTA SETTIMANA	SESTA SETTIMANA	SETTIMA SETTIMANA	OTTAVA SETTIMANA
LUNEDÌ	Lasagne al ragù di maiale Carote baby alla salvia Pane integrale Budino al cioccolato	Crema di verdure con crostini Brasato di vitellone Purè Pane e frutta di stagione	Ravioli di carne in brodo vegetale Rotolo di frittata (1/2 porzione) Patate arrosto Pane e frutta di stagione	Pasta integrale all'ortolana Polpette di lonza Fagiolini all'olio e aglio Pane integrale Frutta di stagione
MARTEDÌ	Risotto al grana Cotoletta di pollo Finocchi e mais Pane e frutta di stagione	Pasta alla crema di zucca Certosa o robiola Carote fresche crude Pane e frutta di stagione	Gnocchi al pomodoro Filetto di platessa impanato Insalata iceberg Pane e frutta di stagione	Crema di verdure e legumi con pasta Spiedino di tacchino Patate arrosto Pane integrale Frutta di stagione
MERCOLEDÌ	Stracciatella e pastina in brodo vegetale Filetti di platessa o branzino gratinati Patate arrosto Pane e frutta di stagione	Pasta al pesto Prosciutto cotto e crudo Fagiolini all'olio Pane e frutta di stagione	Risotto alle erbe Saltimbocca di vitello alla romana Piselli alla salvia Pane e frutta di stagione	Pizza margherita Primo sale (1/2 porzione) Carote fresche crude Pane e Yogurt alla frutta Oppure Pasta al pomodoro Primo sale Carote fresche crude Pane e frutta di stagione
GIOVEDÌ	Pasta agli aromi Provolone dolce e mozzarella Insalata mista Pane e frutta di stagione	Pasta pomodoro Tonno all'olio o polpette di tonno Lattuga e finocchi Pane e frutta di stagione	Pasta gratinata al forno Cosce di pollo o petto di pollo al forno Carote fresche crude Pane integrale e frutta di stagione	Risotto alla monzese Prosciutto crudo di Parma (1/2 porzione) Piselli alla salvia Pane e frutta di stagione
VENERDÌ	Tortelli al ragù vegetale Rotolo di frittata o frittata con ricotta Piselli al prosciutto Pane e frutta di stagione	Risotto al pomodoro Arrosto di tacchino all'arancia Spinaci al grana Pane integrale Frutta di stagione	Pasta e fagioli Mozzarella (1/2 porzione) Finocchi crudi Pane Crostata di marmellata	Pasta olio aglio e prezzemolo oppure olio e grana Bocconcini dorati di merluzzo/ Nuggets Finocchi e lattuga Pane e frutta di stagione

Il presente menù è stato elaborato in base alle "Linee guida 2012 per la formulazione di tabelle dietetiche standard" dell'ASL Monza e Brianza.

#### NB

- La banana deve essere servita una volta alla settimana (non si specifica il giorno per permetterne la distribuzione al giusto grado di maturazione).
- Nelle caselle dove è inserito il doppio menù (...oppure...) (.../...) si lascia ad ogni scuola, in accordo con la relativa commissione mensa, la facoltà di decidere quale dei due menù applicare



## MENÙ SCUOLE SECONDARIE DI 1° GRADO

### MENÙ ESTIVO 1<sup>a</sup> – 4<sup>a</sup> settimana

GIORNO	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
<b>LUNEDÌ</b>	Insalata di riso Pomodori Pane Gelato	Tortelli di magro al pomodoro Cotoletta di tacchino Zucchine fresche trifolate Pane integrale Frutta di stagione	Pasta integrale al pomodoro e basilico Polpette di vitellone Piselli in umido Pane e frutta di stagione	Lasagne al ragù di maiale Carote crude fresche Pane integrale Frutta di stagione <b>Oppure</b> Insalata di pasta Carote crude fresche Pane integrale Gelato
<b>MARTEDÌ</b>	Gnocchi sardi con zucchine fresche e prosciutto Rotolo di frittata o frittata con provola Cuori di carciofi a fettine con prezzemolo e aromi Pane e frutta di stagione	Pasta al pesto e pomodoro Arrosto di lonza al latte Lattuga e trevisana Pane e frutta di stagione	Pasta fredda in insalata con olio, olive e pomodori freschi Asiago e provolone Insalata mista Pane e frutta di stagione	Pasta ricotta e pomodorini freschi crudi Nuggets /bastoncini di totano/Filetti di platessa impanati Insalata Pane e frutta di stagione
<b>MERCOLEDÌ</b>	Pasta all'abruzzese Arrosto di vitello Lattuga e mais Pane integrale Frutta di stagione	Crema di verdure con crostini Anelli di totano in insalata con olio e prezzemolo Oppure anelli di calamari in umido Patate lesse Pane e frutta di stagione	Pasta ricotta, grana e basilico Rotolo di frittata / Frittata con pancetta Fagiolini all'olio e aglio Pane e frutta di stagione	Crema di verdure e legumi con crostini Spiedino di tacchino Patate arrosto Pane e frutta di stagione
<b>GIOVEDÌ</b>	Crema di verdure e legumi con pasta Coscia di pollo Patate al forno Pane e frutta di stagione	Pizza mozzarella e prosciutto cotto Pomodori Pane Gelato <b>Oppure</b> Pasta al pomodoro Formaggio grana a scaglie Pomodori Pane e frutta di stagione	Pasta con melanzane fresche e pomodoro Polpette di tonno/ Tonno sgocciolato Lattuga Pane e frutta di stagione	Risotto alle zucchine fresche Caprese Pane e frutta di stagione
<b>VENERDÌ</b>	Pasta al pomodoro e basilico Cotoletta di pesce Insalata verde e pomodori Pane e frutta di stagione	Risotto con lo zafferano Wurstel di puro suino Carote baby al forno Pane e frutta di stagione	Minestra di riso e prezzemolo Scaloppe di pollo alla salvia Pomodori Pane integrale Frutta di stagione	Gnocchi al pesto e pomodoro Bresaola olio e limone o Prosciutto crudo di Parma Piselli al prezzemolo Pane e frutta di stagione

Il presente menù è stato elaborato in base alle " Linee guida 2012 per la formulazione di tabelle dietetiche standard" dell'ASL Monza e Brianza.

#### NB

- La banana deve essere servita una volta alla settimana (non si specifica il giorno per permetterne la distribuzione al giusto grado di maturazione).
- Per il periodo estivo è possibile richiesta dell'Ufficio Comunale competente, il primo piatto in brodo con un primo asciutto condito con verdure
- Nelle caselle dove è inserito il doppio menù (...oppure...) (.../...) si lascia ad ogni scuola, in accordo con la relativa commissione mensa, la facoltà di decidere quale dei due menù applicare