



Comune di Castiglione del Lago
Menù primaverile 2022



	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1 settimana	Riso integrale al pomodoro	Vellutata di ceci con crostini di pane integrale	Pasta al tonno	Riso in bianco	Pasta al pesto
	Frittata con verdure al forno	Caciotta	Pesce gratinato	Petto di pollo panato	Spezzatino di tacchino al pomodoro
	Verdura cotta di stagione (*carote)	Verdura fresca di stagione (*ins.verde)	Fagiolini prezzemolati	Verdura fresca di stagione (*ins.mista)	Spinaci aglio e olio
	Pane integrale	Pane comune	Pane integrale	Pane comune	Pane comune
consigli per la cena	Pasta pomodoro e origano - Filetto di pesce al forno - Zucchine trifolate - Pane - Frutta di stagione	Pasta al ragù - Verdure gratinate - Pane - Frutta di stagione	Minestrone di verdura - Petto di pollo al limone - Carote e mais - Pane - Frutta di stagione	Ravioli burro e salvia - Prosciutto cotto/crudo - Melanzane grigliate - Pane - Frutta di stagione	Bruschetta di pane integrale al pomodoro - Legumi misti - Insalata mista - Pane - Frutta di stagione
2 settimana	Pasta pomodoro e ricotta	Pasta al pesto	Pasta integrale alle zucchine	Quadrucci e ceci	Risotto al pomodoro
	Scaloppina di pollo alla salvia	Pesce gratinato	Caprese (mozzarella e pomodoro)	Frittata al pomodoro al forno	Cotoletta di maiale
	Verdura fresca di stagione (*ins.mista)	Verdura cotta di stagione (*zucchine)		Verdura fresca di stagione (*ins.verde)	Carote e piselli
	Pane comune	Pane comune	Pane integrale	Pane integrale	Pane comune
consigli per la cena	Bruschette miste - Insalata di legumi e verdure - Insalata verde - Pane - Frutta di stagione	Insalata di farro/orzo - Prosciutto crudo o cotto, Insalata mista - Pane - Frutta di stagione	Riso all'olio - Scaloppina di tacchino - Verdure grigliate - Pane - Frutta di stagione	Tortellini piselli e prosciutto - Sformatino di verdure - Pane - Frutta di stagione	Minestra in brodo vegetale - Totani e patate - Zucchine all'origano - Pane - Frutta di stagione
3 settimana	Pasta al persico	Pasta in bianco	Lenticchie al pomodoro	Crema di verdure con orzo	Gnocchi al pomodoro
	Mozzarella	Arrosto/straccetti di vitellone	Frittata al parmigiano	Petto di pollo al limone	Pesce Gratinato
	Verdura cotta (*verdure miste al forno)	Verdura fresca di stagione (*carote Julienne)	Bietola all'olio	Verdura fresca di stagione (*pomodori)	Verdura fresca di stagione (*ins.mista)
	Pane comune	Pane comune	Pane integrale	Pane integrale	Pane comune
consigli per la cena	Minestrina in brodo vegetale - Straccetti di tacchino - Insalata verde - Pane - Frutta di stagione	Verdure in pinimonio - Pesce al forno - Patate arrosto - Pane - Frutta di stagione	Pasta alle verdure - Insalata di pesce - Verdure miste in padella - Pane - Frutta di stagione	Pasta integrale al pomodoro - Ricotta - Fagiolini in insalata - Pane - Frutta di stagione	Riso all'olio - Arista - Spinaci saltati - Pane - Frutta di stagione
4 settimana	Pasta al pesto	Riso al pomodoro	Pasta al ragù	Riso e piselli	Crema di cannellini con pastina
	Prosciutto cotto	Petto di pollo panato al forno	Caciotta	Pesce gratinato	Frittata al parmigiano
	Verdura fresca di stagione (*ins.mista)	Spinaci all'olio	Verdura cotta (*carote)	Verdura fresca di stagione (*ins.verde)	Verdura cotta (*zucchine)
	Pane integrale	Pane comune	Pane integrale	Pane comune	Pane comune (mezza porzione)
consigli per la cena	Insalata di farro - Filetto di pesce gratinato - Bietola al vapore - Pane - Frutta di stagione	Pasta pomodorini e basilico - Polpette di legumi - Verdure grigliate - Pane - Frutta di stagione	Gnocchi di patate al parmigiano - Stracchino - Pomodori all'origano - Pane - Frutta di stagione	Verdure in pinimonio - Pasta integrale al pomodoro - Bresaola rucola e grana - Pane - Frutta di stagione	Bruschetta al pomodoro, straccetti di vit. ne, Insalata e cetrioli - Pane - Frutta di stagione
5 settimana	Riso allo zafferano	Pasta pomodoro e fagioli	Minestrone di verdura e orzo	Pasta alla marinara	Pasta olio e salvia
	Pesce al pomodoro e olive	Prosciutto cotto	Arista al forno	Bocconcini di tacchino alla salvia	Stracchino
	Verdura fresca di stagione (*ins.verde)	Verdura cotta (*verdure miste al forno)	Patate prezzemolate	Verdura fresca di stagione (*pomodori)	Carote e piselli
	Pane integrale	Pane comune	Pane comune (mezza porzione)	Pane comune	Pane integrale
consigli per la cena	Crema di verdure e legumi - Sscaloppina di maiale - cetrioli - Pane - Frutta di stagione	Tagliatelle al pomodoro - Petto di pollo - insalata mista - Pane - Frutta di stagione	Pasta mozzarella, basilico e pomodorini - Zucchine gratinate - Pane - Frutta di stagione	Pasta alle verdure - Frittata - Carote prezzemolate - Pane - Frutta di stagione	Insalata di riso e orzo con verdurine - Filetto di platessa capperi e olive - Pomodori gratinati - Pane - Frutta di stagione

*verdura di stagione; la verdura indicata potrebbe subire variazioni dovute alla stagionalità e alla disponibilità della materia prima.

Tutti i giorni a fine pasto frutta fresca di stagione

SI INFORMANO I CONSUMATORI CON ALLERGIE O INTOLLERANZE ALIMENTARI, o chi per essi (genitori/tutori), che negli alimenti e nelle bevande preparati e somministrati possono essere contenuti uno o più dei seguenti allergeni come ingredienti o in tracce derivanti dal processo produttivo: CEREALI CONTENENTI GLUTINE, CROSTACEI, UOVA, PESCE, ARACHIDI, SOIA, LATTE (INCLUSO LATTOSIO), FRUTTA A GUSCIO, SEDANO, SENAPE, SEMI DI SESAMO, ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI in concentrazioni superiori a 10 mg/kg o 10 mg/litro, LUPINI, MOLLUSCHI e tutti i relativi prodotti derivati o a base di (ai sensi dell'Allegato II Reg. UE 1169/11, D. Lgs. 109/92, 88/2009 e s.m.i.). Le informazioni relative alla presenza di soggetti con allergie o intolleranze alimentari vengono raccolte mediante la presentazione di idonea certificazione medica e in fase di produzione vengono formulati pasti personalizzati, privi degli allergeni per cui risulta documentata una sensibilizzazione.