



COMUNE DI GROTTAMMARE

63066

PROVINCIA DI ASCOLI PICENO

P. IVA 00403440449 * Tel. 0735 - 7391 * Fax 0735 -735077

SCUOLA MATERNA - ELEMENTARE - MEDIE ASCOLANI Menù Invernale (1° OTTOBRE-30 APRILE) ANNO SCOLASTICO 2012/2013

	Colazione	1° Settimana	2° Settimana	3° Settimana	4° Settimana
Lunedì	Frutta di stagione	Passato di verdura con pastina e legumi Formaggio Verdura di stagione	Pasta con verdure Prosciutto crudo/cotto carote	Minestra con verdure Formaggio Verdura di stagione	Pasta al pesto Prosciutto crudo/cotto Verdura di stagione
Martedì	Pane e olio	Tagliatelle al ragù Prosciutto cotto/crudo Verdura di stagione	Pasta al pomodoro Carne bianca Verdura di stagione	Pasta con verdure Carne bianca Verdura di stagione	Pasta con legumi Formaggio Verdura di stagione
Mercoledì	Dolce	Pasta al pomodoro pesce Verdura di stagione	Pasta con ceci Uova Verdura di stagione	Pasta e fagioli uovo Verdura di stagione	Minestra con verdura e cereali Carne bianca Verdura di stagione
Giovedì	Banana	Pasta con verdure Carne bianca Verdura di stagione	Riso con verdura e cereali Carne rossa Verdura di stagione	Pasta al pomodoro Carne rossa Verdura di stagione	Pasta ripiena Prosciutto cotto/crudo Verdura di stagione
Venerdì	Frutta di stagione	Riso in bianco con verdure Carne rossa Verdura di stagione	Pasta al pomodoro Pesce Verdura di stagione	Riso in bianco Pesce Verdura di stagione	Riso in bianco Pesce Verdura di stagione

A completamento del pasto verrà servito pane comune.

Pane, pasta, olio extra vergine di oliva, pomodori pelati, uova, legumi, cereali, patate, carote e sedano provengono da agricoltura biologica.

Tabella dei primi piatti e secondi piatti che possono essere preparati a rotazione

Primo piatto al pomodoro	Al pomodoro Al pomodoro e basilico Marinara (pomodoro, aglio, prezzemolo) Al pomodoro e olive verdi	Minestra o passato di legumi con pasta di semola o crostini di pane o pasta all'uovo	Pasta con fagioli o crostini di pane Pasta con ceci o crostini di pane Lenticchie con riso o crostini di pane
Primo piatto In Bianco	Olio e parmigiano Aglio e olio Aglio, olio e limone Aglio, olio e prezzemolo Zafferano e olio	Piatto unico Con pasta o riso	Ricotta e pomodoro Ricotta e prosciutto cotto Ricotta e spinaci o zucchine Al sugo di pesce Besciamella e verdure Ragù di carne Al tonno (elementare e media)
Primo piatto Con frutta secca	Al pesto con pinoli o noci Spinaci e noci Cavolfiore e mandorle	Pasta all'uovo asciutta condita con sugo di verdura	Tagliatelle, tagliolini, pappardelle, Pasta all'uovo di piccolo formato al cucchiaino: con spinaci, zucchine, zucca, funghi, ecc Con pomodoro e: sedano, carote, cipolle, funghi, Peperoni, melanzane, fiori di zucca, zucca gialla, ecc
Primo piatto con verdure	Asciutto: pasta o riso conditi con verdure di stagione Minestra: Minestra o passato di verdura Crema di patate e/o verdura Brodo vegetale filtrato	Piatto unico a base di pasta ripiena	Pasta al forno con ragù di carne o pesce o legumi Tagliatelle o tagliolini o pappardelle o pasta all'uovo al cucchiaino al ragù di carne o pesce o legumi pasta ripiena al pomodoro polenta pasticciata o al ragù, gnocchi al ragù o filanti
Uova	Frittate al forno al latte o con verdure Rotolo di frittate Uova sode Uova strapazzate	Carne bianca	Petto di pollo ai ferri Fusi di pollo al forno Cosce di pollo limone e capperi Scaloppina di pollo e tacchino al limone o al latte o all'arancia

			Bocconcini di petto d pollo e tacchino con verdure o olive Cotoletta di petto di pollo e tacchino al forno Arrosto di tacchino Arista di maiale
Formaggio	Ricotta, sqaquerone, casatella, stracchino Mozzarella, caciotta Fontina, asiago, pecorino Parmigiano reggiano, grana padano	Carne rossa	Fettina di manzo alla pizzaiola o ai ferri Polpette al sugo o al forno Spezzatino con verdure o patate Polpettone al forno o in casseruola Cotoletta di manzo o maiale al forno Salsiccia confezionata senza pepe sgrassata, e cotta al forno (solo per scuola medie)
Pesce preparazioni Al forno	Filetti di halibut o platessa o cuori merluzzo Coda di rospo Cotoletta di pesce Crocchette di pesce Polpettone di pesce e patate Bastoncini di pesce	Pesce altre preparazioni	Pesce lessato con prezzemolo,olio,limone Filetti di pesce pomodoro e olive Seppioline con piselli o patate