



Menù Vegetariano

COMUNE DI GALLICANO (LU)

SERVIZIO DI REFEZIONE SCOLASTICA – MENU' AUTUNNO/ INVERNO A.S. 2022/2023

1° SETTIMANA	2° SETTIMANA	3° SETTIMANA	4° SETTIMANA
LUNEDI 31 Ottobre	LUNEDI 7 Novembre	LUNEDI 14 Novembre	LUNEDI 21 Novembre
Pasta verde	Fusilli al pomodoro	Penne al pesto	Risotto alla milanese
Legumi	Farinfrittata	Frittata al formaggio	Farinfrittata
Insalata	Erbette filanti	Fagiolini in umido	Carote al vapore
Pane semintegrale	Pane semintegrale	Pane semintegrale	Pane semintegrale
Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
MARTEDI 1 Novembre	MARTEDI 8 Novembre	MARTEDI 15 Novembre	MARTEDI 22 Novembre
Penne al pomodoro	Risotto alla parmigiana	Crema di verdure	Pasta all'olio
Bocconcini di mozzarella	Polpettine di legumi misti e piselli	Tigelle con formaggio	Polpettine di verdure miste e legumi
Carote filanger e mais	Pane semintegrale	Carote filanger	Pane semintegrale
Pane semintegrale	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
Frutta di stagione			
MERCOLEDI 2 Novembre	MERCOLEDI 9 Novembre	MERCOLEDI 16 Novembre	MERCOLEDI 23 Novembre
Fusilli al Pomodoro	Mezze maniche ai porri	Lasagne al pomodoro e mozzarella	Polenta al pomodoro
Caciotta fresca	Polpettine di ceci	Insalata mista	Caciotta fresca
Fagiolini all'olio	Carote brasate	Pane semintegrale	Spinaci saltati
Pane semintegrale	Pane semintegrale	Yogurt alla frutta	Pane semintegrale
Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
GIOVEDI 3 Novembre	GIOVEDI 10 Novembre	GIOVEDI 17 Novembre	GIOVEDI 24 Novembre
Risotto alle verdure	Crema di verdure	GIOVEDI 17 Novembre	GIOVEDI 24 Novembre
Polpettine di legumi	Pizza margherita	Sedanini all'ortolana	Crema di legumi e cereali
Finocchi gratinati		Omelette	Insalata con olive
Pane semintegrale		Spinaci olio e limone	Cavolfiore gratinato
Frutta di stagione	Yogurt alla frutta	Pane semintegrale	Pane semintegrale
VENERDI 4 Novembre	VENERDI 11 Novembre	VENERDI 18 Novembre	VENERDI 25 Novembre
Zuppa di verdura e legumi con orzo	Ravioli burro e salvia	Risotto alla zucca gialla	Pasta al pomodoro
Uovo sodo	Omelette al forno	Polpettine di carote e Fagiolini	Mozzarella
Patate lesse	Finocchi filanger	Pane semintegrale	Insalata verde
Pane semintegrale	Pane semintegrale	Frutta di stagione	Pane semintegrale
Frutta di stagione	Frutta di stagione		Frutta di stagione

Validità 2 Novembre 2022

" SI INFORMANO I CONSUMATORI CHE I PASTI PRODOTTI POSSONO CONTENERE COME INGREDIENTE O IN TRACCE, UNO O PIÙ DEI SEGUENTI ALLERGENI: Cereali contenenti glutine, Frutta a guscio, Crostacei, Sedano, Uova, Senape, Pesce, Semi di sesamo, Arachidi, Anidride solforosa e solfiti, Soia, Lupini, Latte incluso lattosio, Molluschi. Si invitano i consumatori a comunicare tramite certificato medico eventuali allergie/intolleranze."