

menu autunno-inverno

SCUOLE

rise with *sodexo*

Gli alleati del sistema immunitario:

-  VITAMINA C
-  CAROTENOIDI
-  SELENIO E ZINCO
-  FERRO E RAME
-  PROBIOTICI E PREBIOTICI

 OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA: utilizzato come condimento in tutti i piatti, è un'ottima fonte di VITAMINA E!

Menu Lunch Box

Settimana 1


































































































Settimana 2

Settimana 3

Settimana 4

Settimana 5

Settimana 6

lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
ORZOTTO CON SPINACI   STRACCETTI DI TACCHINO  PANE COMUNE YOGURT ALLA FRUTTA 	BURGER DI LENTICCHIE CON PANE AL SESAMO  VERDURE STICK AL FORNO*  PANE COMUNE MOUSSE DI MELA E BANANA	PENNE INTEGRALI ALLE VERDURE INVERNALI  CROCCHETTE DI MERLUZZO*  PANE COMUNE ARANCIA  	FOCACCIA AL PROSCIUTTO BROCCOLI ALL'OLIO*   MOUSSE DI MELA E PERA	ORECCHIETTE AL POMODORO E OLIVE  FRITTATA DELL'ORTO   PANE COMUNE BANANA 
FUSILLI AL PESTO, FAGIOLINI, PATATE  BURGER DI TROTA*  PANE COMUNE MOUSSE DI MELA E BANANA	RISOTTO ALL'ORTOLANA  UOVO SODO  PANE COMUNE YOGURT ALLA FRUTTA 	MEZZE PENNE AL POMODORO E CAVOLFIORI   COSCE DI POLLO AL FORNO  PANE INTEGRALE BANANA 	LASAGNE    VERDURE MISTE AL FORNO*  PANE COMUNE MOUSSE DI MELA E PERA	CONCHIGLIE AI PISELLI  INSALATONA CON GRANA E NOCI    PANE COMUNE ARANCIA  
AGNOLOTTI DI MAGRO AL BURRO E SALVIA BOCCONCINI DI TACCHINO CON VERDURE   PANE COMUNE MOUSSE DI MELA E BANANA	GNOCCHETTI SARDI AL POMODORO E RICOTTA  SFORNATO DI CECI E ZUCCA   PANE COMUNE ARANCIA  	FARFALLE AL PESTO DI ZUCCHINE FETTUCCINE DI TOTANO IMPANATE*  PANE COMUNE MOUSSE DI MELA E PERA	POLENTA E BRUSCITT   CAROTE COTTE*  PANE COMUNE BANANA 	RISOTTO CON CARCIOFI ROTOLO DI FRITTATA AL FORMAGGIO E PROSCIUTTO  PANE INTEGRALE YOGURT ALLA FRUTTA 
POLPETTE DI VERDURE E RICOTTA   PANE COMUNE BANANA 	MACCHERONI AI BROCCOLI   COTOLETTA DI MAIALE  PANE INTEGRALE MOUSSE DI MELA E PERA	TORTA PASQUALINA  CROCCHETTE DI PATATE PANE COMUNE YOGURT ALLA FRUTTA 	FARFALLE AL RAGU' VEGETALE  SCALOPPINA DI TACCHINO AL LIMONE   PANE COMUNE MOUSSE DI MELA E BANANA	RISOTTO CON BARBABIETOLA  SFORNATO DI MERLUZZO*  PANE COMUNE ARANCIA  
PIZZA MARGHERITA  PINZIMONIO DI CAROTE E FINOCCHI  PANE INTEGRALE ARANCIA  	HAMBURGER DI TACCHINO CON PANE AL SESAMO E POMODORO  VERDURE STICK AL FORNO*  PANE COMUNE YOGURT ALLA FRUTTA 	MEZZE PENNE AURORA  FRITTATA CON PORRI   PANE COMUNE MOUSSE DI MELA E BANANA	FARFALLE ALLO ZAFFERANO POLPETTONE DI MANZO CON VERDURE    PANE COMUNE MOUSSE DI MELA E PERA	MEZZE MANICHE AL SUGO DI VERDURE  TONNO E FAGIOLI    PANE COMUNE BANANA 
GOMITI AI FORMAGGI MUFFIN DI SPINACI   PANE COMUNE ARANCIA  	SEDANINI AI CAVOLFIORI*  BOCCONCINI DI POLLO IMPANATI  PANE COMUNE MOUSSE DI MELA E BANANA	ORZOTTO CON POMODORO E ZUCCHINE  CROCCHETTE DI LEGUMI    PANE INTEGRALE BANANA 	RISOTTO CON ZUCCA  ARISTA ARROSTO  PANE COMUNE MOUSSE DI MELA E PERA	MEZZE MANICHE ALLE ERBETTE FILETTO DI PLATESSA GRATINATO*  PANE COMUNE  YOGURT ALLA FRUTTA 