

**COMUNE DI MASSA**
**MENU INVERNALE 2016-2017**
**infanzia, primaria e secondaria**

| Settimana      | LUNEDI'                                                                                                                            | MARTEDI'                                                                                                                                                      | MERCOLEDI'                                                                                                                                                   | GIOVEDI'                                                                                                                                                  | VENERDI'                                                                                                                                           |
|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Prima</b>   | Risotto all'olio e <b>grana</b><br><b>Mozzarella</b> o <b>Stracchino</b><br>Fagiolini* saltati<br>Frutta fresca di stagione        | <b>Pasta al ragout</b><br><b>Tortino</b> di patate e porri<br>Julienne di carote<br>Frutta fresca di stagione                                                 | Vellutata di ceci con <b>pasta</b> o <b>crostini</b><br>Prosciutto cotto<br>Insalata mista di stagione<br><b>Dolce casalingo</b> o <b>Yogurt</b>             | <b>Pasta</b> al pesto, patate e fagiolini*<br>Straccetti di pollo in umido /<br>coscia di pollo arrosto<br>Spinaci* all'olio<br>Frutta fresca di stagione | <b>Ravioli</b> di magro <b>burro</b> e salvia<br><b>Platessa*</b> gratinata<br>Patate prezzemolate<br>Frutta fresca di stagione                    |
| <b>Seconda</b> | <b>Gnocchi</b> al <b>pomodoro</b><br><b>Sformato</b> vegetariano gratinato*<br>Carote* mignon<br>Frutta fresca di stagione         | Pasta olio e <b>grana</b><br><b>Pepite di tacchino impanate</b> al<br>forno<br>Verdure cotte* miste<br>Frutta fresca di stagione                              | <b>Passato di verdura</b> con <b>pasta</b><br>Arista al forno<br>Patatine arrosto<br>Frutta fresca di stagione                                               | <b>Pizza Margherita</b><br>Prosciutto cotto<br>Misto di crudità<br>Frutta fresca di stagione                                                              | <b>Pasta in salsa aurora</b><br><b>Crocchette di merluzzo*</b> al<br>forno<br>Insalata mista di stagione<br><b>Dolce casalingo</b> o <b>Yogurt</b> |
| <b>Terza</b>   | <b>Tortelli</b> di carne al <b>pomodoro</b><br><b>Frittata</b> con prosciutto<br>Spinaci* all'olio<br>Frutta fresca di stagione    | Risotto con zucca / con carote<br>Straccetti di pollo in umido /<br>coscia di pollo arrosto<br>Finocchi in insalata<br><b>Dolce casalingo</b> o <b>Yogurt</b> | <b>Zuppa di fagioli</b><br><b>Polpettine di bovino</b> al forno<br>Carote<br>Frutta fresca di stagione                                                       | <b>Lasagne</b><br><b>Stracchino</b><br>Insalata mista di stagione<br>Frutta fresca di stagione                                                            | <b>Pasta al tonno</b><br><b>Tortino</b> vegetariano*<br><b>Purea di patate</b><br>Frutta fresca di stagione                                        |
| <b>Quarta</b>  | <b>Pasta</b> all'olio e <b>grana</b><br>Tortino con farina di ceci<br>(cecina)<br>Bietolina* all'olio<br>Frutta fresca di stagione | <b>Pizza Margherita</b><br><b>Caciotta</b> o <b>Pecorino</b><br>Misto di crudità<br>Frutta fresca di stagione                                                 | <b>Passato di verdura</b> con <b>orzo</b><br><b>perlato</b><br><b>Pepite di tacchino impanate</b> al<br>forno<br>Patine arrosto<br>Frutta fresca di stagione | <b>Pasta al pomodoro</b><br><b>Sformato di ricotta</b> e spinaci*<br>Insalata mista di stagione<br><b>Dolce casalingo</b> o <b>Yogurt</b>                 | Polentina di mais morbida al<br><b>pomodoro</b><br><b>Crocchette di platessa*</b><br>Verdure miste*<br>Frutta fresca di stagione                   |

I piatti contrassegnati con \* potrebbero essere surgelati o contenere alimenti surgelati.

Gli alimenti in **grassetto** contengono allergeni.

Dott.ssa Baroni Enrica, Dietista