

**MENÚ della SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA di I° GRADO di PAULARO**  
secondo le linee guida della Regione Friuli Venezia Giulia "La ristorazione scolastica"

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
1 <sup>a</sup> settimana	MEDIE + ELEM.	ELEMENTARI	MEDIE + ELEM.	ELEMENTARI	MEDIE + ELEM.
	Pasta al pomodoro Formaggi misti Verdura di stagione	Risotto alla parmigiana Carne bianca Verdura di stagione	Antipasto di verdure Lasagne alla bolognese Frutta fresca	Pasta alle verdure Uova Verdura di stagione	Minestra di verdure e legumi con crostini Pesce gratinato al forno patate
2 <sup>a</sup> settimana	MEDIE + ELEM.	ELEMENTARI	MEDIE + ELEM.	ELEMENTARI	MEDIE + ELEM.
	Antipasto di verdure di stagione Frico di patate Polenta Frutta fresca	Gnocchi al ragù o pasta pasticciata al forno Verdura di stagione + legumi Dolce/gelato	Risotto alle verdure Carne bianca Verdura di stagione	Crema di verdure con orzo/riso Polpette o hamburger di trota Verdura di stagione	Pasta con verdure Uova Verdura di stagione
3 <sup>a</sup> settimana	MEDIE + ELEM.	ELEMENTARI	MEDIE + ELEM.	ELEMENTARI	MEDIE + ELEM.
	Antipasto di verdure Carne rossa Patate Frutta fresca	Pasta al pomodoro Carne bianca Verdura di stagione	Gnocchi di semolino alla romana Uova Verdura di stagione	Risotto primavera (verdura, legumi) Pesce al pomodoro Verdura di stagione	Antipasto di verdure di stagione Pizza Frutta fresca
4 <sup>a</sup> settimana	MEDIE + ELEM.	ELEMENTARI	MEDIE + ELEM.	1 ELEMENTARI	MEDIE + ELEM.
	Crema di legumi con riso Prosciutto cotto /bresaola Verdura di stagione	Spazze /gnocchi burro e salvia Formaggi misti Verdura di stagione	Antipasto di verdure di stagione Carne bianca Polenta/patate/purè Frutta fresca	Pasta alle verdure Uova Verdura di stagione	Orzotto /risotto alle verdure Pesce al forno Verdura di stagione

## NOTE:

- Al mattino viene offerta alternativamente frutta fresca, pane speciale e yogurt
- La verdura di stagione è diversificata e proposta come cruda, gratinata, brasata... Si ricorda che patate e legumi non sono verdura. Come strategia per favorire il consumo di vegetali, è proposto l'antipasto di verdure per "sfruttare" l'appetito dei bambini a pranzo
- I condimenti a base di verdure dei primi piatti possono essere ad esempio alla zucca, al ragù di verdure, alle zucchine, con crema di cavolfiori...
- Nelle preparazioni è utilizzato il sale iodato, come raccomandato dal Ministero della Salute
- Per problemi organizzativi è possibile spostare intere giornate alimentari all'interno della stessa settimana
- Per rispondere al gradimento e all'adeguatezza nutrizionale, le ricette possono subire dei cambiamenti, pur mantenendo l'alimento base (carne bianca, pesce...)



*[Handwritten signature]*

06/03/2018

**MENÚ della SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA di I° GRADO di PAULARO**  
secondo le linee guida della Regione Friuli Venezia Giulia "La ristorazione scolastica"

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
5 <sup>a</sup> settimana	MEDIE + ELEM.	ELEMENTARI	MEDIE + ELEM.	ELEMENTARI	MEDIE + ELEM.
	Risotto alla parmigiana Carne bianca Verdura di stagione	Pasta al pomodoro Formaggi misti Verdura di stagione	Pasta alle verdure Uova Verdura di stagione	Crema di verdure/legumi con crostini Pesce gratinato al forno patate	Antipasto di verdure di stagione Lasagne alla bolognese Frutta fresca
6 <sup>a</sup> settimana	MEDIE + ELEM.	ELEMENTARI	MEDIE + ELEM.	ELEMENTARI	MEDIE + ELEM.
	Antipasto di verdure di stagione Frico di patate Polenta Frutta fresca	Risotto alle verdure Carne bianca Verdura di stagione	Crema di verdure con orzo/riso Polpette o hamburger di trota Verdura di stagione	Pasta alle verdure Uova Verdura di stagione	Gnocchi al ragù o pasta pasticciata al forno Verdura di stagione + legumi Dolce /gelato
7 <sup>a</sup> settimana	MEDIE + ELEM.	ELEMENTARI	MEDIE + ELEM.	ELEMENTARI	MEDIE + ELEM.
	Pasta al pomodoro Carne bianca Verdura di stagione	Gnocchi alla romana Uova Verdura di stagione	Antipasto di verdure di stagione Carne rossa Patate Frutta fresca	Risotto primavera (verdura, legumi) Pesce al pomodoro Verdura di stagione	Antipasto di verdure di stagione Pizza Frutta fresca
8 <sup>a</sup> settimana	MEDIE + ELEM.	ELEMENTARI	MEDIE + ELEM.	ELEMENTARI	MEDIE + ELEM.
	Orzotto /risotto alle verdure Pesce al forno Verdura di stagione	Antipasto di verdure di stagione Carne bianca Polenta /patate/purè Frutta fresca	Pasta alle verdure Prosciutto cotto /bresaola Verdura di stagione	Crema di legumi con riso Formaggi misti Verdura di stagione	Spatzle /gnocchi burro e salvia Uova Verdura di stagione

**NOTE:**

- Al mattino viene offerta alternativamente frutta fresca, pane speciale e yogurt
- La verdura di stagione è diversificata e proposta come cruda, gratinata, brasata... Si ricorda che patate e legumi non sono verdura. Come strategia per favorire il consumo di vegetali, è proposto l'antipasto di verdure per "sfruttare" l'appetito dei bambini a pranzo
- I condimenti a base di verdure dei primi piatti possono essere ad esempio alla zucca, al ragù di verdure, alle zucchine, con crema di cavolfiori...
- Nelle preparazioni è utilizzato il sale iodato, come raccomandato dal Ministero della Salute
- Per problemi organizzativi è possibile spostate intere giornate alimentari all'interno della stessa settimana
- Per rispondere al gradimento e all'adeguatezza nutrizionale, le ricette possono subire dei cambiamenti, pur mantenendo l'alimento base (carne bianca, pesce...)

  
 [Signature]  
 [Stamp: SALIZADA PER AZIENDA APER MEDIO FRIULI ALTO FRIULI COLNARE N.3]