



Zibido San Giacomo
Comune di

TABELLA DIETETICA STANDARD

stagione Primavera-Estate (PE) per mensa scolastica da Aprile ad Ottobre 2020
pubblicata su www.comune.zibidosangiacommo.mi.it/aree_tematiche/scuola/mensa

SCUOLE: infanzia - primaria - secondaria
APPLICATA A: tutti utenti senza richiesta dieta speciale o etico-religiosa
SUPERVISIONATA da referenti ATS (2019,ed01)

MOD. TDS-PE	edizione 02	
data 01.04.2020	tot. pag. 1	

	LUNEDI' INFANZIA-PRIMARIA-SECONDARIA	MARTEDI' INFANZIA-PRIMARIA	MERCOLEDI' INFANZIA-PRIMARIA-SECONDARIA	GIOVEDI' INFANZIA-PRIMARIA	VENERDI' INFANZIA-PRIMARIA
1° SETTIMANA	pasta integrale al sugo vegetale formaggio stagionato o semi- stagionato fagiolini	INFANZIA crema di legumi con crostini arrosto di tacchino- insalata PRIMARIA verdura fresca di stagione pizza margherita- piselli stufati	risotto alla parmigiana INFANZIA prosciutto cotto PRIMARIA-SECONDARIA prosc. crudo o bresaola, insalata o melone (per centro estivo)	pasta al ragù di pesce frittata/omelette con zucchine e formaggio fresco carote julienne	pasta e zucchine senza pomodoro filetti impanati di platessa al limone pomodori in insalata
2° SETTIMANA	gnocchi al pomodoro e basilico formaggio fresco zucchine	pasta arlecchino polpette di merluzzo insalata	lasagne estive insalata mista con carote budino	risotto alla milanese cosce di pollo arrosto MATERNA ALESSANDRINI: sovra-cosce di pollo fagiolini in insalata	pasta pasticciata al pomodoro lenticchie in umido carote in insalata
3° SETTIMANA	pasta pomodoro fresco/basilico rotolo di frittata ripieno insalata	INFANZIA verdura fresca di stagione-pizza margherita - piselli stufati PRIMARIA risotto con piselli insalata carote mais olive con sfilacci di platessa	pasta integrale al ragù tortino di spinaci fagiolini	passato di verdura e legumi con farro petti pollo al forno insalata	insalata di riso tonno all'olio di oliva carote
4° SETTIMANA	riso con piselli bio asiago DOP o formaggio km0 o bel paese insalata mista	crema di cannellini e verdure con granetti integrali polpettine di carne patate prezzemolate o al forno	INFANZIA - PRIMARIA pasta vesuviana: pomodoro olive origano tortino di merluzzo- fagiolini SECONDARIA verdura fresca di stagione- pizza margherita - piselli stufati	orzo con grana pomodori olive basilico arrosto di lonza carote al limone	pasta e zucchine senza pomodoro uova sode pomodori in insalata
5° SETTIMANA	pasta integrale al pesto caprese: mozzarella e pomodoro	pasta al ragù di carni bianche tortino di lenticchie insalata	lasagne estive insalata mista con carote budino	risotto agli asparagi arrosto di tacchino fagiolini	insalata di farro grana pomodori olive e basilico bastoncini di merluzzo spinaci/erbette

FORMAGGIO GRANA GRATTUGIATO: aggiunto alle preparazioni di primi o di secondi piatti, tale da garantire per ogni range di età- frequenza/grammatura secondo indicazioni

PANE: fornito a basso contenuto di sale; **distribuzione:** infanzia: dopo il primo piatto-primaria e secondaria: presenti linee self service; è prevista la fornitura di pane integrale e ai 5 cereali almeno 1 v/settimana

Grammature: in linea con le indicazioni ATS- utilizzato sale iodato-utilizzato olio E.V.O.

SPUNTINO MATTINO infanzia e primaria: spuntino con frutta fresca tutti i giorni (almeno 3 tipologie diverse) secondaria: frutta fresca per infanzia
Lun The con torta allo yogurt o con pane e marmellata o cioccolato
Mar Latte intero fresco e biscotti
Mer yogurt alla frutta
Giov Latte intero fresco e cacao con fette biscottate o biscotti
Ven Yogurt alla frutta

ELABORATA DAI RESPONSABILI DEL SERVIZIO SUPERVISIONATA DA REFERENTI ATS