

TABELLA DIETETICA Periodo SETTEMBRE/OTTOBRE SCUOLA PRIMARIA E DOPOSCUOLA del COMUNE di FONTANAFREDDA A.S. 2024-2025



GIORNO	SETTIMANA 1	SETTIMANA 2	SETTIMANA 3	SETTIMANA 4
LUNEDI	Risotto alla parmigiana Frittata Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Crema di lenticchie con pasta Uova strapazzate Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta con verdure (melanzane o zucchine) Insalata di merluzzo Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta con crema di ceci Formaggio (Asiago o Montasio) Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
MARTEDI	Pasta al pomodoro Fettina di pollo al limone Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pesto di basilico Scaloppina di pollo dorata Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Risotto con crema di piselli Formaggio Latteria Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Passato di verdura con orzo Lonza al forno Patate arrosto Pane Frutta fresca di stagione
MERCOLEDI	Crema di legumi con orzo Mozzarella Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pizza margherita (integrazione prosciutto cotto) Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta all' olio Polpette di manzo alla pizzaiola Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Pesce gratinato Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
GIOVEDI	Lasagne al forno (integrazione prosciutto cotto) Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta alla pizzaiola Spezzatino di tacchino al curry Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Passato di verdure con pasta Pollo al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pesto di basilico Uova strapazzate Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
VENERDI	Pasta con crema di zucchine Pesce al forno in umido Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Risotto alle verdure Pesce in salsa salmoriglio Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Frittata con zucchine Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Risotto con zafferano Scaloppina di pollo Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione