

MENU' AUTUNNO – INVERNO NO GLUTINE
(Mesi: Novembre - Dicembre – Gennaio – Febbraio – Marzo)
Comune di Corigliano – Rossano

SCAMAR srl
 Via Basilio Sposato, 35
 88046 Lamezia Terme (CZ)
 P.Iva 02459910796

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Prima settimana	Pasta SG con crema di broccoli* Tortino di uova e formaggio Carote al vapore* Pane SG Frutta fresca	Minestra di verdure* con pasta SG Coscia di pollo al forno Patate prezzemolate Pane SG Frutta fresca	Pasta SG con lenticchie Provola Insalata verde Pane SG Yogurt alla frutta	Pasta SG all'olio e formaggio Vitello alla pizzaiola Piselli* Pane SG Frutta fresca	Pasta SG con tonno Bastoncini di merluzzo* SG Finocchi al vapore* Pane SG Frutta fresca
Seconda settimana	Riso all'ortolana* Gateau SG Pane SG Frutta fresca	Pasta SG al sugo Birbe di pollo SG Verza stufata* Pane SG Frutta fresca	Lasagna* SG al forno Cavolfiore all'olio* Pane SG Frutta fresca	Pasta SG con crema di zucca* Filone di suino al forno Bieta Saltata * Pane SG Frutta fresca	Pasta SG e fagioli Polpette di merluzzo* SG Finocchi lessi* Pane SG Frutta fresca
Terza settimana	Pasta SG al sugo Prosciutto cotto SG s.p. Insalata Pane SG Frutta fresca	Pasta SG e lenticchie Coscia di pollo al forno Patate prezzemolate Pane SG Frutta fresca	Pasta SG con crema di zucca* Bocconcini di mozzarella/ Ricotta/ formaggio fresco Insalata Pane SG Dolce tradizionale SG	Riso alla parmigiana Polpette di vitello SG Piselli* Pane SG Frutta fresca	Pasta SG al pesto Merluzzo gratinato* SG Carote lesse* Pane SG Frutta fresca
Quarta Settimana	Pasta SG al sugo Tortino di uova e formaggio Spinaci all'olio* Pane SG Frutta fresca	Pasta SG e fagioli Filone di suino al forno Verza al vapore* Pane SG Frutta fresca	Lasagna* SG al forno Provola Insalata Pane SG Frutta fresca	Riso e piselli* Cotoletta di pesce* SG Patate al forno* Pane SG Frutta fresca	Pizza margherita SG Vellutata di verdure* Pane SG Frutta fresca

* i seguenti prodotti potrebbero contenere ingredienti surgelati all'origine
 SG senza glutine

Note: - Nelle ricette in cui è previsto l'utilizzo di formaggio, verrà utilizzato pecorino DOP Bio
 - Nei giorni in cui è prevista la pizza, la grammatura del pane sarà 35g

ASPT COSENZA
 Dipartimento di Prevenzione
 R.O.S.S.A.N.O.
 Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
 Dietista: Dr.ssa Cristina Francesca

Menù Elaborato dalla Dott.ssa Loreta Grande
 Dietista specializzata in Nutrizione Umana
 iscrizione Albo. n. 635 della Provincia di Roma

ASPT COSENZA
 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
 U.O.C. IGIENE ALIMENTARE E
 NUTRIZIONE S.I.A.N.
 AMBITO JONIO - U.L. RESPONSABILE:
 DOTT. PERRI PIETRO L.