

MENU' PRIMAVERA – ESTATE NO GLUTINE
(Mesi: Aprile – Maggio – Giugno - Settembre - Ottobre)
Comune di Corigliano – Rossano

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Prima settimana	Pasta SG con melanzana alla calabrese Tortino di frittata con formaggio Carote* all'olio Pane SG Frutta fresca	Pasta SG e lenticchie Birbe di pollo SG Fagiolini* Pane SG Frutta fresca	Pasta SG pasticcata Provola Insalata pomodori Pane SG Frutta fresca	Pasta SG al pesto Hamburger Patate al forno* Pane SG Frutta fresca	Pasta SG al sugo Bastoncini di merluzzo* SG Piselli* Pane SG Frutta fresca
Seconda settimana	Risotto primavera* Mozzarella Pomodori Pane SG Dolce tipico SG	Pizza margherita SG Vellutata di verdure* Pane SG Frutta fresca	Pasta SG al ragù Tortino di frittata con verdure * Fagiolini* Pane SG Frutta fresca	Pasta SG e ceci Lonza al limone Patate arrosto* Pane SG Frutta fresca	Pasta SG con tonno Pesce gratinato* SG Carote* all'olio Pane SG Frutta fresca
Terza settimana	Pasta SG e piselli* Frittata Fagiolini* all'olio Pane SG Frutta fresca	Pasta al pesto SG Cotoletta di pesce* SG Patate prezzemolate Pane SG Frutta fresca	Insalata di riso Hamburger di pollo Spinaci* Pane SG Frutta fresca	Lasagne* SG bianca Prosciutto di tacchino SG Insalata verde Pane SG Frutta fresca	Pasta SG pomodoro e basilico Polpette di pesce* SG Carote* all'olio Pane SG Frutta fresca
Quarta Settimana	Pasta SG con tonno Formaggi Misti Pomodori Pane SG Frutta fresca	Pasta SG al sugo Coscia di pollo al forno Patate * Pane SG Frutta fresca	Pasta SG e fagioli Frittata con verdure Carote* all'olio Pane SG Yogurt alla frutta	Pizza margherita SG Prosciutto cotto Insalata verde Pane SG Frutta fresca	Risotto con zucchine* Merluzzo gratinato* SG Fagiolini* 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

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
ROSSANO
Servizio Igienisti Alimentari e della Nutrizione
Dietista: Dr.ssa Christina Francesca

ASPT COSENZA
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
U.O.C. IGIENE ALIMENTI E
NUTRIZIONE S.A.S.
AMBITO JONIS - NL RESPONSABILE:
DOCT. PERRI PIETRO L.