

# MENU PER LE SCUOLE PRIMARIE

dei comuni dell'unione bassa reggiana

*anno scolastico 2023/2024*



## » I SETTIMANA

28/08/2023-01/09/2023  
25/09/2023-29/09/2023  
23/10/2023-27/10/2023  
20/11/2023-24/11/2023  
18/12/2023-22/12/2023  
15/01/2024-19/01/2024  
12/02/2024-16/02/2024  
11/03/2024 - 15/03/2024  
08/04/2024 - 12/04/2024  
06/05/2024 - 10/05/2024  
03/06/2024 - 07/06/2024

## » II SETTIMANA

04/09/2023-08/09/2023  
02/10/2023 - 06/10/2023  
30/10/2023 - 03/11/2023  
27/11/2023 - 01/12/2023  
25/12/2023 - 29/12/2023  
22/01/2024 - 26/01/2024  
19/02/2024 - 23/02/2024  
18/03/2024 - 22/03/2024  
15/04/2024 - 19/04/2024  
13/05/2024 - 17/05/2024  
10/06/2024 - 14/06/2024

## » III SETTIMANA

11/09/2023 - 15/09/2023  
09/10/2023 - 13/10/2023  
06/11/2023 - 10/11/2023  
04/12/2023 - 08/12/2023  
01/01/2024 - 05/01/2024  
29/01/2024 - 02/02/2024  
26/02/2024 - 01/03/2024  
25/03/2024 - 29/03/2024  
22/04/2024 - 26/04/2024  
20/05/2024 - 24/05/2024  
17/06/2024 - 21/06/2024

## » IV SETTIMANA

18/09/2023 - 22/09/2023  
16/10/2023 - 20/10/2023  
13/11/2023 - 17/11/2023  
11/12/2023 - 15/12/2023  
08/01/2024 - 12/01/2024  
05/02/2024 - 09/02/2024  
04/03/2024 - 08/03/2024  
01/04/2024 - 05/04/2024  
29/04/2024 - 03/05/2024  
27/05/2024 - 31/05/2024  
24/06/2024 - 28/06/2024

### » LUNEDÌ

fusilli integrali al ragù di vitellone  
1/2 pz di emmenthal  
insalata mista  
pane de Re e frutta di stagione  
*var. stagionale* (dal 11/03/2024)  
insalata  
1/2 pz di caciotta

raviolini di ricotta e spinaci all'olio evo e parmigiano reggiano DOP  
1/2 pz di parmigiano reggiano DOP  
insalata verde e mais  
pane de Re e frutta di stagione  
*var. stagionale*  
fagiolini all'olio evo

minestra di verdure e legumi con conchigliette  
frittata al formaggio  
insalata verde  
pane de Re e frutta di stagione  
*var. stagionale*  
stelline in brodo vegetale\*  
uovo sodo

pastina in brodo vegetale\*  
erbazzone\*  
verza a filetto  
pane de Re frutta di stagione  
*var. stagionale*  
pomodori (in stagione) \ insalata

### » MARTEDÌ

crema di fagioli cannellini con riso  
fettina di tacchino agli aromi  
carote a julienne  
frutta e gallette di mais  
*var. stagionale*  
crema di lenticchie con riso,  
arrosto di tacchino



crema di ceci con crostini  
scaloppina di pollo al limone  
carote a filetto  
pane con farina bio e frutta di stagione  
*var. stagionale*  
straccetti di pollo alle mandorle,  
pomodori (in stagione) \ insalata

risotto alla zucca\*  
cotoletta di limanda\*  
broccoli all'olio evo  
pane con farina bio e frutta di stagione  
*var. stagionale*  
risotto primavera, zucchine  
gratinate al forno

### MENU SPECIALE

### » MERCOLEDÌ

sedanini al pomodoro  
triangoli di frittata  
insalata  
pane tipo baguette e frutta di stagione  
*var. stagionale*  
tortiglioni alla mediterranea,  
fagiolini all'olio evo

fusilli integrali al pomodoro  
polpette di ricotta e spinaci\*  
finocchi crudi  
pane tipo baguette e frutta di stagione  
*var. stagionale*  
insalata e mais

crema di carote\* con cous cous  
scaloppina di pollo alla salvia e limone  
patate lessate\*  
pane tipo baguette e frutta di stagione

fusilli integrali al tonno (rosso)  
burger di verdure con aromi  
insalata e mais  
pane tipo baguette e frutta di stagione  
*var. stagionale*  
spaghetti integrali al sugo di pesce\*, insalata mista

### » GIOVEDÌ

pinzimonio invernale:  
sedano carote finocchi  
pizza margherita  
1\2 pz di prosciutto cotto  
pane con farina bio e banana equo  
*var. stagionale*  
pinzimonio estivo: cetrioli,  
pomodori, carote

pastina in brodo vegetale\*  
svizzera di vitellone  
purea di patate  
pane con farina bio e banana equo  
*var. stagionale*  
minestrone di verdure estive con orzo, polpettine di vitellone e piselli\* al pomodoro

carote julienne  
lasagne\* alla bolognese  
1\2 pz di mozzarella  
pane con farina bio e banana equo  
*var. stagionale*  
pasta al forno, caprese con 1/2 pz di mozzarella, pomodori

passato di verdure e legumi\* con orzo  
sovraccosce di pollo al forno  
patate arrosto\*  
pane con farina bio e banana equo  
*var. stagionale*  
passato di verdure e legumi\* con pastina

### » VENERDÌ

pastina in brodo vegetale\*  
halibut\* in crosta di mais  
fagiolini all'olio evo  
pane de Re e frutta di stagione  
*var. stagionale*  
pennette al pesto genovese,  
pomodori (in stagione) \ insalata

riso allo zafferano  
bastoncini di Halibut\*  
spinaci\* all'olio evo e parmigiano reggiano DOP  
pan de Re e frutta di stagione  
*var. stagionale*  
risotto alla parmigiana, carote e zucchine a julienne

sedanini all'olio evo e parmigiano reggiano DOP  
crocchette di ceci  
finocchi crudi all'olio evo  
pane de Re e frutta di stagione  
*var. stagionale*  
caserecce con crema di zucchine, carote julienne

risotto agli spinaci\*  
cotoletta di limanda\*  
carote a julienne  
pane de Re e frutta di stagione

## COMPOSIZIONE DIETA LEGGERA IN BIANCO

*Il genitore può richiedere la dieta leggera nel caso in cui il bambino o la bambina presenti lievi indisposizioni (per un massimo di tre giorni consecutivi).*

**LUNEDÌ:** riso in bianco (olio evo), filetto di pesce in bianco (al vapore/ forno), carote e patate\*, pane, mela

**MARTEDÌ:** pasta in bianco (olio evo), prosciutto cotto, carote e patate\*, pane, mela

**MERCOLEDÌ:** riso in bianco (olio evo), parmigiano reggiano DOP, carote e patate\*, pane, mela

**GIOVEDÌ:** pasta in bianco (olio evo), petto di pollo ai ferri, carote e patate\*, pane, mela

**VENERDÌ:** riso in bianco (olio evo), filetto di pesce in bianco (al vapore/forno), carote e patate\*, pane, mela

## MENU SPECIALE

### 19/09/2023 MENU DI BENVENUTO

panino con hamburger di vitellone e insalata con ketchup e maionese, patate\* arrosto, coppetta gelato bianca e nera

### 17/10/2023 ALTO ADIGE

spazle burro e parmigiano reggiano DOP, 1/2 pz di speck, crauti, pane multicereali, torta di mele con cannella

### 14/11/2023 PUGLIA

orecchiette con i broccoli, scamorza finocchi gratinati, tarallini, torta alle mandorle

### 12/12/2023 MENÙ DELLE FESTE

cappelletti in brodo vegetale, pollo arrosto patate arrosto\*, pandoro

### 09/01/2024 LAZIO

pasta cacio e pepe, saltimbocca alla romana (vitello-suino) carciofi al forno, ciriola (pane), crostata con confettura di ciliegie

### 06/02/2024 ABRUZZO

spaghetti alla chitarra con ragù, 1/2 pz di caciotta con con patate\* e verdure di stagione al forno, parrozzo

### 05/03/2024 ITALIA 2.0

cous cous con verdure bocconcini di pollo alla paprika, fagioli cannellini alla messicana, torta di limone e mandorle

### 30/04/2024 LIGURIA

trofie alla genovese (fagiolini, patate\* e pesto al basilico), torta pasqualina, focaccia, coppetta gelato bianca nera

### 28/05/2024 SARDEGNA

gnocchetti sardi con salsa di pomodoro, bis di formaggi: pecorino sardo e caciotta, insalata mista, melone a fette

## INFORMAZIONI

Il menu\* è articolato su quattro settimane ed è stato validato dal SIAN (Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione) dell'AUSL e la sua composizione rispetta i LARN (Livelli di Assunzione di Riferimento di Nutrienti ed energia per la popolazione italiana) e le "LINEE STRATEGICHE PER LA RISTORAZIONE SCOLASTICA IN EMILIA ROMAGNA".

È prevista la possibilità di richiedere diete specifiche per motivi sanitari (con certificato medico specialistico) o per motivi etico/ religiosi (con autocertificazione).

- ● *Si informano le famiglie che gli alimenti somministrati possono contenere uno o più allergeni come ingrediente o in tracce: cereali contenenti glutine e derivati, crostacei, uova e derivati, pesce, arachidi, soia, latte e derivati (incluso lattosio), frutta a guscio, sedano, senape, semi di sesamo, anidride solforosa e solfiti, lupini e molluschi.*