

Rev. 26/07/21

"Associazione Mangiare Sano per Crescere Sano" - Via D.Julia n.7 - 33030 MORUZZO (UD)
 ISCRITTA N. 881 REGISTRO DEL VOLONTARIATO F.V.G. COD.FISC. 94059270309

SCUOLA DELL'INFANZIA E PRIMARIA DI MORUZZO COMUNE DI MORUZZO A.S. 2021/2022

inizio settimana dal	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	ENERGI
13-set-21 08-nov-21 03-gen-22 28-feb-22 25-apr-22 20-giu-22	SPUNTINO frutta fresca di stagione risotto allo zafferano * uova verdura di stagione (colta o cruda) pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca	PRANZO crema (o minestrata) di verdure e legumi marzotornatale verdura di stagione (colta o cruda) pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca	frutta fresca di stagione yogurt pasta integrale al pomodoro formaggi misti verdura di stagione (colta o cruda) pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca	frutta fresca di stagione yogurt antipasto misto di verdure di stagione pizza	frutta fresca di stagione pane speciale o cracker non salati antipasto misto di verdure di stagione carne bianca di polli/tacchini/faraona polenta o patate al forno/purè di patate pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca
20-set-21 15-nov-21 10-gen-22 07-mar-22 02-mag-22 27-giu-22	SPUNTINO frutta fresca di stagione pasta alla verdura uova verdura di stagione (colta o cruda) pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca	PRANZO antipasto misto di verdure di stagione coniglio con polenta o patate al forno/purè di patate pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca	frutta fresca di stagione yogurt antipasto misto di verdure di stagione fritto di patate polenta pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca	frutta fresca di stagione yogurt antipasto di verdure miste di stagione fritto di patate polenta pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca	frutta fresca di stagione pane speciale o cracker non salati crema (o minestrata) di verdure e legumi tacchino/pollo verdura di stagione (colta o cruda) pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca
27-set-21 22-nov-21 17-gen-22 14-mar-22 08-mag-22	3° SETTIMANA SPUNTINO gnocchi alle verdure uova verdura di stagione (colta o cruda) pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca	PRANZO pasta integrale al pesto carne bianca di polli/tacchini/faraona verdura di stagione (colta o cruda) pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca	frutta fresca di stagione yogurt antipasto di verdure miste di stagione fritto di patate polenta pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca	frutta fresca di stagione yogurt antipasto di verdure miste di stagione fritto di patate polenta pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca	frutta fresca di stagione pane speciale o cracker non salati crema (o minestrata) di verdure e legumi marzotornatale verdura di stagione (colta o cruda) pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca
04-ott-21 29-nov-21 24-gen-22 21-mar-22 16-mag-22	4° SETTIMANA SPUNTINO frutta fresca di stagione antipasto misto di verdure di stagione piatto unico a base di legumi con cereali	PRANZO crema (o minestrata) di verdure uova patate pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca	frutta fresca di stagione yogurt antipasto misto di verdure di stagione fritto alle verdure uova verdura di stagione pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca	frutta fresca di stagione yogurt antipasto misto di verdure di stagione fritto alle verdure uova verdura di stagione pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca	frutta fresca di stagione pane speciale o cracker non salati fritto al pomodoro formaggi misti verdura di stagione (colta o cruda) pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca
11-ott-21 06-dic-21 31-gen-22 28-mar-22 23-mag-22	5° SETTIMANA SPUNTINO frutta fresca di stagione antipasto di verdure pasta integrale ai ragù	PRANZO antipasto misto di verdure di stagione con prosciutto cotto, formaggio e legumi pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca	frutta fresca di stagione yogurt fritto alle verdure uova verdura di stagione pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca	frutta fresca di stagione yogurt fritto alle verdure uova verdura di stagione pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca	frutta fresca di stagione pane speciale o cracker non salati fritto al pomodoro formaggi misti verdura di stagione (colta o cruda) pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca
18-ott-21 13-dic-21 07-feb-22 04-apr-22 30-mag-22	6° SETTIMANA SPUNTINO frutta fresca di stagione antipasto misto di verdure di stagione carne di coniglio con polenta	PRANZO pasta al pomodoro uova verdura di stagione pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca	frutta fresca di stagione yogurt crema (o minestrata) di verdure e legumi marzotornatale verdura di stagione (colta o cruda) pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca	frutta fresca di stagione yogurt crema (o minestrata) di verdure e legumi marzotornatale verdura di stagione (colta o cruda) pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca	frutta fresca di stagione pane speciale o cracker non salati antipasto misto di verdure di stagione pizza pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca
25-ott-21 20-dic-21 14-feb-22 11-apr-22 06-giu-22	7° SETTIMANA SPUNTINO frutta fresca di stagione antipasto di verdure + legumi spaziale ai ragù	PRANZO pasta integrale al pesto marzotornatale verdura di stagione (colta o cruda) pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca	frutta fresca di stagione yogurt crema (o minestrata) di verdure formaggi misti polenta pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca	frutta fresca di stagione yogurt pane speciale o cracker non salati risotto al pomodoro carne bianca di polli/tacchini/faraona verdura di stagione (colta o cruda) pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca	frutta fresca di stagione pane speciale o cracker non salati fritto alle verdure fetta salmoneata di San Daniele verdura di stagione (colta o cruda) pane integrale, frutta fresca o macedonia di frutta fresca
01-nov-21 27-dic-21 21-feb-22 18-apr-22 13-giu-22	8° SETTIMANA SPUNTINO frutta fresca di stagione risotto alle verdure formaggi misti verdura di stagione (colta o cruda) pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca	PRANZO crema (o minestrata) di verdure carne bianca di polli/tacchini/faraona con polenta/patate pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca	frutta fresca di stagione yogurt antipasto misto di verdure di stagione piatto unico a base di legumi con cereali gelato artigianale/dolce da forno (compleanni) pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca	frutta fresca di stagione yogurt gnocchi di semolino gratinati al forno prosciutto cotto o bresaola verdura di stagione (colta o cruda) pane e frutta fresca o macedonia di frutta fresca	frutta fresca di stagione pane integrale, frutta fresca o macedonia di frutta fresca

note: 1) gli alimenti presenti nel menù sono in prevalenza di origine biologica (circa il 90%), a km zero, marchio Aqua, filiera corta, produzione integrata, tipico friulano o i.g.p.
 2) il pasto viene preparato sul momento (a meno titolo di esempio: al basilico, di zuccarina, di olive, al prezzemolo, ...)
 3) durante i periodi attivi: i primi piatti liquidi potranno essere sostituiti da altri piatti liquidi non caldi.
 4) formaggi misti, latticini, mozzarella, ricotta di vacchino di produzione locale e formaggi di capra di produzione locale
 5) spaziale e gnocchi di semolino preparati completamente dal personale di cucina
 6) il riso potrà essere sostituito da altri cereali
 7) zafferano di produzione regionale raccolto ed essiccato a mano
 Per rispondere al gradimento e all'adeguatezza nutrizionale, le ricette possono subire dei cambiamenti, mantenendo l'alimento base (carne, pesce, legumi, ecc).
 Trattandosi di prodotti freschi e stagionali, il menù potrebbe subire alcune variazioni in caso di indisponibilità di alcuni prodotti.

27 Lug. 2021
 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE SANITARIA UNIVERSITÀ TRIESTE
 SERVIZIO DI PREVENZIONE
 (Firma)