

Comune di Udine - primara e secondaria

Menù Primavera/Estate

settimana	spuntino	primi piatti	secondi piatti	contorni	pane e sostituti	frutta e sostituti	merenda
LUN	1		patate all'olio	scaloppina di tacchino	insalata e carote	pane	frutta
MAR	1		riso alle verdure (carote, zucchine, peperoni, melanzane)	stracchino	zucchine trifolate	pane	frutta
MER	1		pasta al ragù vegetale	filetto di merluzzo gratinato *	cappucci alla julienne	pane	frutta
GIO	1		riso al pesto di zucchine	uova strapazzate	insalata e pomodori	pane integrale	frutta
VEN	1		pasta al pomodoro	hummus di ceci	carote grattugiate	pane tostato	frutta
LUN	2		riso all'olio	piselli in umido *	zucchine all'olio	pane	frutta
MAR	2		pasta al pesto di basilico	polpette di scorfano e platessa *	cappucci alla julienne	pane	frutta
MER	2		crema di patate e verdure con farro *	frittata con patate	insalata	pane integrale	frutta
GIO	2		gnocchi di patate al ragù di bovino (P.UNICO)		insalata e cetrioli	pane	frutta
VEN	2		riso con salsa alle carote	mozzarella	fagiolini all'olio *	pane	frutta
LUN	3		Pizza (P.Unico)		insalata	pane	frutta
MAR	3		patate arrosto	scaloppina di tacchino	carote grattugiate	pane integrale	frutta
MER	3		pasta integrale al pomodoro fresco e basilico	Filetto di platessa alla mugnaia *	insalata e pomodori	pane	frutta
GIO	3		riso alle zucchine	farinata di ceci	fagiolini all'olio *	pane	frutta
VEN	3		pasta con salsa primavera (con carote, porri e piselli) *	frittata al montasio	zucchine trifolate	pane	frutta
LUN	4		pasta integrale al pesto di zucchine	spezzatino di bovino	carote gratinate	pane	frutta
MAR	4		riso all'olio	uova strapazzate	insalata e cannellini	pane	frutta
MER	4		polenta e frico (P.UNICO)		insalata e cetrioli	pane	frutta
GIO	4		ravioli ricotta e spinaci al burro e salvia	coscia di pollo in umido	cappucci alla julienne	pane	frutta
VEN	4		pasta al pomodoro fresco e basilico	burger di trota	zucchine e peperoni al forno	pane integrale	frutta

Possibili specie ittiche presenti in menù: BRANZINO (*Dicentrarchus labrax*); SEPPIE (*Sepia officinalis*) ; ORATA (*Sparus aurata*); MERLUZZO (*Pollachius virens*); PLATESSA (*Pleuronectes platessa*); SCORFANO (*Sebastes Mentella*)

* = la ricetta presenta uno o più prodotti gelo, consultare il ricettario (M) = presenza di maiale

settimana		spuntino	primi piatti	secondi piatti	contorni	pane e sostituti	frutta e sostituti	merenda
LUN	5		riso all'olio	sformato alle erbe *	zucchine trifolate	pane	frutta	
MAR	5		bulgur al pomodoro fresco e basilico	mozzarella	insalata	pane integrale	frutta	
MER	5		pasta integrale al pomodoro e melanzane	tortino con cannellini	carote gratinate	pane	frutta	
GIO	5		pasta al ragù di orata (P.Unico) *		insalata e cetrioli	pane	frutta	
VEN	5		cous cous alle verdure (carote, zucchine, peperoni, melanzane)	Scaloppa di pollo con pomodoro e maggiorana	cappucci alla julienne	pane	frutta	
LUN	6		riso al ragù vegetale	fishcake di scorfano e merluzzo *	insalata	pane	frutta	
MAR	6		crema di zucchine e patate con avena	burger di tacchino	patate e carote all'olio	pane	frutta	
MER	6		lasagne al ragù di bovino (P.UNICO)		insalata e pomodori	pane	frutta	
GIO	6		pasta integrale al pomodoro fresco e basilico	stracchino	caponata	pane integrale	frutta	
VEN	6		pasta all'olio	polpette/burger di legumi	carote grattugiate	pane	frutta	
LUN	7		ravioli ricotta e spinaci al burro e salvia	cosce di pollo alla salvia	carote grattugiate	pane integrale	frutta	
MAR	7		pasta integrale al pesto di zucchine	frittata alla parmigiana	fagiolini all'olio *	pane	frutta	
MER	7		Pizza (P.Unico)		insalata e cetrioli	pane	frutta	
GIO	7		pasta al pesto di basilico	lenticchie in umido	pomodori e carote grattugiate	pane	frutta	
VEN	7		riso al pesto vegetale	burger di trota	insalata	pane	frutta	
LUN	8		pasta all'olio	caciotta	carote e piselli in umido	pane	frutta	
MAR	8		gnocchi di patate al ragù vegetale	Filetto di platessa al pomodoro *	insalata e pomodori	pane integrale	frutta	
MER	8		crema di cannellini con farro	uova strapazzate	carote grattugiate	pane	frutta	
GIO	8		riso con salsa agli asparagi *	bocconcini di pollo al limone	insalata	pane	frutta	
VEN	8		pasta al pesto di rucola	lonza di maiale agli aromi	fagiolini all'olio *	pane	frutta	

Possibili specie ittiche presenti in menù: BRANZINO (*Dicentrarchus labrax*); SEPPIE (*Sepia officinalis*); ORATA (*Sparus aurata*); MERLUZZO (*Pollachius virens*); PLATESSA (*Pleuronectes platessa*); SCORFANO (*Sebastes Mentella*)

* = la ricetta presenta uno o più prodotti gelo, consultare il ricettario (M) = presenza di maiale