



Comune di Miradolo Terme Prot. n. 0002365 del 04-04-2025 in arrivo

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
I SETTIMANA	Ravioli di magro olio e salvia Tonno ½ porz. Insalata verde con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta al pesto Frittata al forno Fagiolini al basilico* Pane comune Frutta fresca	Risotto alla parmigiana Cotoletta veg (con fagioli)** Carote julienne con olio EVO Pane integrale Frutta fresca	Pasta integrale alla mediterranea Pollo al forno con crema di latte Zucchine a scapece (aglio e menta) Pane comune Frutta fresca	Pasta alla curcuma Asiago Pomodori in insalata con olio EVO Pane comune Frutta fresca
II SETTIMANA	Pasta al pesto Frittata al forno Carote julienne con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Orzotto con verdure di stagione (primo asciutto: pomodoro, carote, zucchine, cipolla) Cotoletta di pollo al forno Insalata verde con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Caprese (mozzarella ½ porz. + pomodori) Pizza margherita Pane integrale ½ porz. Frutta fresca	Risotto alle zucchine Filetto di merluzzo panato* Insalata mista Pane comune Frutta fresca	Pasta pomodoro e basilico Hamburger di lenticchie**, patate, formaggio Fagiolini al vapore con olio EVO* Pane comune Frutta fresca
III SETTIMANA	Pasta all'olio Formaggio spalmabile Zucchine al basilico Pane comune Frutta fresca	Risotto alla milanese Cotoletta di ceci** Carote julienne con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta alla genovese Merluzzo gratinato* Pomodori in insalata con olio EVO Pane integrale Frutta fresca	Farro in brodo con verdure di stagione (carote,zucchine,pomodoro,patate) Lonza al limone Patate al forno Pane comune Frutta fresca	Pasta con sugo rosso (pomodoro e peperoni) Frittata al forno Fagiolini al vapore con olio EVO* Pane comune Frutta fresca
IV SETTIMANA	Pasta con salsa di curcuma e carote Tonno Pomodori in insalata con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta al ragù di carne bovina Frittata al forno ½ porz. Cavolo cappuccio in insalata Pane comune Frutta fresca	Passato di verdura* con orzo Cotoletta di pollo al forno Patate al forno Pane integrale Frutta fresca	Riso olio e grana Lenticchie in umido** Carote all'olio* Pane comune Frutta fresca	Pizza margherita Mozzarella ½ porz. Insalata mista Pane comune ½ porz. Frutta fresca
V SETTIMANA	Pasta al pesto di zucchine Frittata al forno Pomodori in insalata con olio EVO Pane comune Frutta fresca	<b>PIATTO BIO: Pasta al pomodoro</b> Polpette di pesce Fagiolini al vapore con olio EVO* Pane comune Frutta fresca	Pasta al pesto Robiola Insalata verde Pane integrale Frutta fresca	Pastina in brodo di verdure Lonza con crema di mele Patate al forno Pane comune Frutta fresca	Risotto alla parmigiana Fior di ceci** Insalata verde con olio EVO Pane comune Frutta fresca
VI SETTIMANA	Pasta al tonno Frittata al forno ½ porz. Fagiolini al vapore con olio EVO* Pane comune Frutta fresca	Pasta integrale pesto e pomodoro Petto di pollo agli aromi Tris di verdure (zucchine,carote,melanzane*) Pane comune Frutta fresca	Risotto alla milanese Tortino di piselli* Carote julienne con olio EVO Pane integrale Frutta fresca	Caprese (mozzarella ½ porz. + pomodori) Pizza margherita Pane comune ½ porz. Frutta fresca	Pasta all'olio e grana Merluzzo panato* Zucchine al forno Pane comune Frutta fresca

Ripartizione proteica dei secondi piatti  
 Piatti a base di formaggio  
 Piatti a base di uova  
 Piatti a base di carne  
 Piatti a base di pesce  
 Piatti a base di legumi

Le grammature sono in linea con le Linee Guida dell'ATS di riferimento e si differenziano per fasce di età. Il pane somministrato è sempre a ridotto contenuto di sale (1,7 % di sale sul totale della farina) e viene servito dopo il 1<sup>o</sup> piatto. Le proposte di frutta fresca sono calendarizzate garantendo almeno n.3 tipologie di frutta nella settimana. In fase di preparazione e condimento viene utilizzato esclusivamente olio EVO. In fase di preparazione e condimento viene utilizzato esclusivamente sale iodato. Gli ingredienti indicati con asterisco potrebbero essere surgelati all'origine. Gli ingredienti indicati con due asterischi indicano i legumi secchi.

Si informa che nelle preparazioni possono essere contenuti, come ingrediente o in tracce, uno o più allergeni: 1.cereali contenenti glutine, 2.crostacei, 3.uova, 4.pesce, 5.arachidi, 6.soia, 7.latte incluso lattosio, 8.frutta a guscio, 9.sedano, 10.senape, 11.semi di sesamo, 12.anidride solforosa e solfiti, 13.lupini, 14.molluschi.



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
I SETTIMANA	Ravioli di magro olio e salvia Tonno ½ porz. 4) formaggio ½ porz. Insalata verde con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta al pesto Frittata al forno Fagiolini al basilico Pane comune Frutta fresca	Risotto alla parmigiana Cotoletta veg (con fagioli)** Carote julienne con olio EVO Pane integrale Frutta fresca	Pasta integrale alla mediterranea Pollo al forno con crema di latte 1) filetto di pesce / 4) legume in umido Zucchine a scapece (aglio e menta) Pane comune Frutta fresca	Pasta alla curcuma Asiago Pomodori in insalata con olio EVO Pane comune Frutta fresca
II SETTIMANA	Pasta al pesto Frittata al forno Carote julienne con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Orzotto con verdure di stagione (primo asciutto: pomodoro, carote, zucchine, cipolla) Cotoletta di pollo al forno 1) filetto di pesce / 4) legume in umido Insalata verde con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Caprese (mozzarella ½ porz. + pomodori) Pizza margherita Pane integrale ½ porz. Frutta fresca	Risotto alle zucchine Filetto di merluzzo panato* 4) formaggio Insalata mista Pane comune Frutta fresca	Pasta pomodoro e basilico Hamburger di lenticchie**, patate, formaggio Fagiolini al vapore con olio EVO* Pane comune Frutta fresca
III SETTIMANA	Pasta all'olio Formaggio spalmabile Zucchine al basilico Pane comune Frutta fresca	Risotto alla milanese Cotoletta di ceci** Carote julienne con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta alla genovese Merluzzo gratinato* 4) formaggio Pomodori in insalata con olio EVO Pane integrale Frutta fresca	Farro in brodo con verdure di stagione (carote, zucchine, pomodoro, patate) Lonza al limone 2) legume in umido Patate al forno Pane comune Frutta fresca	Pasta con sugo rosso (pomodoro e peperoni) Frittata al forno Fagiolini al vapore con olio EVO* Pane comune Frutta fresca
IV SETTIMANA	Pasta con salsa di curcuma e carote Tonno 4) formaggio ½ porz. Pomodori in insalata con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta al ragù di carne bovina 3) pasta al pomodoro + frittata porz. intera Frittata al forno ½ porz. Cavolo cappuccio in insalata Pane comune Frutta fresca	Passato di verdura con orzo Cotoletta di pollo al forno 1) uova strapazzate Patate al forno Pane integrale Frutta fresca	Riso olio e grana Lenticchie in umido Carote all'olio Pane comune Frutta fresca	Pizza margherita Mozzarella ½ porz. Insalata mista Pane comune ½ porz. Frutta fresca
V SETTIMANA	Pasta al pesto di zucchine Frittata al forno Pomodori in insalata con olio EVO Pane comune Frutta fresca	PIATTO BIO: Pasta al pomodoro Polpette di pesce 4) legume in umido Fagiolini al vapore con olio EVO* Pane comune Frutta fresca	Pasta al pesto Robiola Insalata verde Pane integrale Frutta fresca	Pastina in brodo di verdure Lonza con crema di mele 2) filetto di pesce 4) legume in umido Patate al forno Pane comune Frutta fresca	Risotto alla parmigiana Fior di ceci* Insalata verde con olio EVO Pane comune Frutta fresca
VI SETTIMANA	Pasta al tonno 4) pasta al pomodoro + frittata al forno Frittata al forno ½ porz. Fagiolini al vapore con olio EVO* Pane comune Frutta fresca	Pasta integrale pesto e pomodoro Petto di pollo agli aromi 1) formaggio Tris di verdure (zucchine, carote, melanzane) Pane comune Frutta fresca	Risotto alla milanese Tortino di piselli Carote julienne con olio EVO Pane integrale Frutta fresca	Caprese (mozzarella ½ porz. + pomodori) Pizza margherita Pane comune ½ porz. Frutta fresca	Pasta all'olio e grana Merluzzo panato* 4) legume in umido Zucchine al forno Pane comune Frutta fresca

SOSTITUZIONI PER MENU' ETICO RELIGIOSO

SOSTITUZIONI DELLA CARNE AVICOLA INDICATE CON IL NUMERO (1)  
SOSTITUZIONI DELLA CARNE SUINA INDICATE CON IL NUMERO (2)  
SOSTITUZIONI DELLA CARNE BOVINA INDICATE CON IL NUMERO (3)  
SOSTITUZIONI DEI PRODOTTI ITTICI INDICATE CON IL NUMERO (4)