



COMUNE DI PORTO MANTOVANO

MENU' NIDO "LA TARTARUGA E LA CIGOGNA"

PRIMAVERA-ESTATE 2024/2025

Stampato il:

08/05/2025

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì		
SETTIMANA 1	Pranzo						
	Pasta all'olio	Crema di verdure miste e legumi con orzo *	Riso allo zafferano	Pasta alla pizzaiola	Pasta al ragù di zucchine, carote e cipolla (R)	Da	A
	Frittata al forno	Ricotta	Crocchette di verdure	Cotoletta di platessa *	Bocconcini di pollo agli aromi	07/04/2025	13/04/2025
	Carote gratinate	Zucchine prezzemolate	Carote all'olio	Pomodori gratinati	Carote all'olio	05/05/2025	11/05/2025
	Insalata mista	Pomodori	Insalata mista	Cetrioli	Pomodori	02/06/2025	08/06/2025
	Frutta fresca estiva	Frutta fresca estiva	Frutta fresca estiva	Frutta fresca estiva	Frutta fresca estiva	30/06/2025	06/07/2025
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	28/07/2025	03/08/2025
					25/08/2025	31/08/2025	
					22/09/2025	28/09/2025	
Merenda							
	Frutta fresca estiva	Yogurt intero alla frutta	Frutta fresca estiva	Barretta di cioccolato fondente e Pane	Mousse di frutta		
SETTIMANA 2	Pranzo						
	Pasta al ragù di zucchine, carote e cipolla (R)	Riso alla parmigiana	Pasta alle zucchine (B)	PU: Crema di fagioli cannellini con pastina (B)	Pasta al pomodoro e aromi	Da	A
	Erbazzone*	CS Hamburger di bovino	Fish burger di merluzzo *		Cotoletta di pollo	14/04/2025	20/04/2025
	Pomodori gratinati	Carote gratinate	Zucchine all'olio	Carote all'olio	Spinaci gratinati *	12/05/2025	18/05/2025
	Insalata mista	Insalata verde	Carote crude	Cetrioli	Carote crude	09/06/2025	15/06/2025
	Frutta fresca estiva	Frutta fresca estiva	Frutta fresca estiva	Frutta fresca estiva	Frutta fresca estiva	07/07/2025	13/07/2025
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	04/08/2025	10/08/2025
					01/09/2025	07/09/2025	
					29/09/2025	05/10/2025	
Merenda							
	Frutta fresca estiva	Yogurt intero alla frutta	Frutta fresca estiva	Yogurt intero alla frutta	Mousse di frutta		
SETTIMANA 3	Pranzo						
	Passato di verdure (B)	Gnocchi di semolino *	Riso alla parmigiana	Pasta al pesto genovese	Pasta all'olio	Da	A
	Pizza rossa con ricotta *	Frittata al forno	Spezzatino di pollo agli aromi (B)	Burger di fagioli borlotti in umido (R)	Filetto di platessa gratinato *	21/04/2025	27/04/2025
	Zucchine all'olio	Carote all'olio	Zucchine all'olio	Pomodori gratinati	Zucchine alla parmigiana	19/05/2025	25/05/2025
	Pomodori	Insalata verde	Carote crude	Cetrioli	Carote crude	16/06/2025	22/06/2025
	Frutta fresca estiva	Frutta fresca estiva	Frutta fresca estiva	Frutta fresca estiva	Frutta fresca estiva	14/07/2025	20/07/2025
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	11/08/2025	17/08/2025
					08/09/2025	14/09/2025	
					06/10/2025	12/10/2025	
Merenda							
	Frutta fresca estiva	Yogurt intero alla frutta	Frutta fresca estiva	Barretta di cioccolato fondente e Pane	Mousse di frutta		
SETTIMANA 4	Pranzo						
	Pasta al pomodoro e aromi	Crema di verdure miste e legumi con farro *	Gnocchi di semolino *	Pastina in brodo di carne	Riso barbabietola e stracchino	Da	A
	Fish burger di merluzzo *	Ricotta	Cotoletta di pollo	Manzo lesso	Polpette di legumi * in umido (R)	28/04/2025	04/05/2025
	Zucchine all'olio	Patate all'olio	Pomodori gratinati	Purè di patate	Carote all'olio	26/05/2025	01/06/2025
	Pomodori	Carote crude	Cetrioli	Insalata mista	Pomodori	23/06/2025	29/06/2025
	Frutta fresca estiva	Frutta fresca estiva	Frutta fresca estiva	Frutta fresca estiva	Frutta fresca estiva	21/07/2025	27/07/2025
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	18/08/2025	24/08/2025
					15/09/2025	21/09/2025	
					13/10/2025	19/10/2025	
Merenda							
	Frutta fresca estiva	Yogurt intero alla frutta	Frutta fresca estiva	Yogurt intero alla frutta	Mousse di frutta		

Il menù scolastico è stato redatto secondo le Linee Guida ATS VALPADANA e prevede:

- Utilizzo di **pane a ridotto contenuto di sale e senza strutto**

- Primi piatti con equilibrata presenza di preparazioni **asciutte e in brodo**, favorendo la **diversificazione dei cereali (pasta, riso, farro, mais, miglio, orzo)**.

- Secondi piatti a rotazione settimanale: **carne bianca** (colore **OCRA**), **pesce** (colore **AZZURRO**, almeno 1 volta a settimana), **legumi** (colore **VERDE** almeno 1 volta a settimana), **carne rossa** (colore **ROSSO**, bovino o suino, al massimo 2 volte al mese), **uova** (colore **GIALLO**, massimo 2 volte al mese), piatti a base di **formaggio** (colore **VIOLA**, massimo 3 volte al mese). I giorni con menù vegetariano sono di colore **VERDE**.

- **Piatto unico in associazione a contorno di verdura** come proposta alternativa a primo e secondo, circa 1 volta a settimana

- Doppio contorno di verdure **crude e cotte** secondo stagionalità, servite come contorno (Le tipologie indicate in menù potrebbero subire variazioni in base a stagionalità e disponibilità del fornitore)

- **Frutta fresca** secondo stagionalità, di almeno **4 tipologie** differenti a settimana

SI INFORMANO I CONSUMATORI CON ALLERGIE O INTOLLERANZE ALIMENTARI, o chi per essi (genitori/tutori), che negli alimenti e nelle bevande preparati e somministrati possono essere contenuti uno o più dei seguenti allergeni come ingredienti o in tracce derivanti dal processo produttivo: CEREALI CONTENENTI GLUTINE, CROSTACEI, UOVA, PESCE, ARACHIDI, SOIA, LATTE (INCLUSO LATTOSIO), FRUTTA A GUSCIO (MANDORLE, NOCCIOLE, NOCI, NOCI DI ACAGIÙ), NOCI DI PECAN, NOCI DEL BRASILE, PISTACCHI, NOCI MACADAMIA), SEDANO, SENAPE, SEMI DI SESAMO, ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI, LUPINI, MOLLUSCHI e tutti i derivati dei prodotti in elenco (ai sensi dell'Allegato II Reg. UE 1169/11 e s.m.). Le informazioni relative alla presenza di soggetti con allergie o intolleranze alimentari vengono raccolte mediante la presentazione di idonea certificazione medica e in fase di produzione vengono formulati pasti personalizzati, privi degli allergeni per cui risulta documentata una sensibilizzazione.