

## COMUNE DI LODI - SCUOLE STATALI DELL'INFANZIA E PRIMARIE

### TABELLA DIETETICA QUALITATIVA AUTUNNO INVERNO 2020/2021

	1° settimana	2° settimana	3° settimana	4° settimana
<b>LUNEDI'</b>	Risotto allo zafferano Formaggio asiago Piselli Pane – mousse di frutta	Pasta integrale al ragù vegetale Crescenza Insalata verde Pane – mousse di frutta	Risotto alla paesana Bocconcini di mozzarella Carote olio e limone Pane – mousse di frutta	Pasta integrale al ragù vegetale Robiola Fagiolini all'olio Pane – mousse di frutta
<b>MARTEDI'</b>	Pennette al salmone Frittata con patate Insalata verde Pane - banana	Farro al pomodoro Polpettone di lonza Patate al forno Pane – banana	Finocchi in insalata Polenta con brasato Pane – banana equosolidale	Risotto alla parmigiana Cotoletta di pollo Erbette all'olio Pane – banana
<b>MERCOLEDI'</b>	Pasta al ragù di carne Formaggio fresco ½ porzione Erbette all'olio Pane – frutta fresca	Riso/risotto agli aromi Petto di pollo gratinato Carote al vapore Pane – frutta fresca	Gnocchetti sardi al pomodoro Frittata al forno con erbette Purè di patate Pane – frutta fresca	Pasta con vellutata bianca Arrosto di vitello Patate al forno Pane – frutta fresca
<b>GIOVEDI'</b>	Pasta all'ortolana Arrosto di tacchino al limone Finocchi in insalata Pane – frutta fresca	Torta salata ripiena di prosciutto e formaggio Insalata mista Pane – frutta fresca	Pasta alla pizzaiola Arrosto di tacchino Insalata verde Pane – frutta fresca	Pasta al pomodoro Tortino di ricotta e spinaci Lenticchie Pane – frutta fresca
<b>VENERDI'</b>	Raviolini di magro olio e salvia Bocconcini di merluzzo dorati Carote olio e limone Pane – frutta fresca	Pasta al pesto Filetto di platessa dorato Fagiolini all'olio Pane – frutta fresca	Pasta aglio olio e prezzemolo Pesce spada in salsa di limone Piselli Pane – frutta fresca	Risotto alla zucca e granone lodigiano Filetto di platessa dorato Insalata verde Pane – frutta fresca

**Martedì e venerdì: pane integrale**

**Pane a ridotto contenuto di sale**

**Frutta fresca: almeno tre tipologie diverse nell'arco della settimana.**

**SCUOLE DELL'INFANZIA E PRIMARIE DEL COMUNE DI LODI**

**TABELLA DIETETICA PRIVA DI CARNE SUINA AUTUNNO INVERNO 2020/2021**

⇒ **Non** utilizzare materie prime e **Non** somministrare preparazioni che contengano: **CARNE DI MAIALE, STRUTTO, LARDO, COLLA DI PESCE**

	<b>1° settimana</b>	<b>2° settimana</b>	<b>3° settimana</b>	<b>4° settimana</b>
<b>LUNEDI</b>	Risotto allo zafferano Formaggio asiago Piselli Pane – mousse di frutta	Pasta integrale al ragù vegetale Crescenza Insalata verde Pane – mousse di frutta	Risotto alla paesana Bocconcini di mozzarella Carote olio e limone Pane – mousse di frutta	Pasta integrale al ragù vegetale Robiola Fagiolini all'olio Pane – mousse di frutta
<b>MARTEDI</b>	Pennette al salmone Frittata con patate Insalata verde Pane – banana	Farro al pomodoro Petto di pollo ai ferri Patate al forno Pane – banana	Finocchi in insalata Polenta con brasato Pane – banana equosolidale	Risotto alla parmigiana Cotoletta di pollo* Erbette all'olio Pane – banana
<b>MERCOLEDI</b>	Pasta al ragù di carne Formaggio fresco ½ porzione Erbette all'olio Pane – frutta fresca	Riso/risotto agli aromi Petto di pollo gratinato* Carote al vapore Pane – frutta fresca	Gnocchetti sardi al pomodoro Frittata al forno con erbette Purè di patate Pane – frutta fresca	Pasta con vellutata bianca Arrosto di vitello Patate al forno Pane – frutta fresca
<b>GIOVEDI</b>	Pasta all'ortolana Arrosto di tacchino al limone Finocchi in insalata Pane – frutta fresca	Torta salata* senza prosciutto Insalata mista Pane – frutta fresca	Pasta alla pizzaiola Arrosto di tacchino Insalata verde Pane – frutta fresca	Pasta al pomodoro Tortino di ricotta e spinaci* Lenticchie Pane – frutta fresca
<b>VENERDI</b>	Raviolini di magro olio e salvia Bocconcini di merluzzo dorati* Carote olio e limone Pane – frutta fresca	Pasta al pesto Filetto di platessa dorato* Fagiolini all'olio Pane – frutta fresca	Pasta aglio olio e prezzemolo Pesce spada in salsa di limone Piselli Pane - frutta fresca	Risotto alla zucca e granone lodigiano Filetto di platessa dorato* Insalata verde Pane – frutta fresca

\* **crostini, pasta di pane, pangrattato non contenenti strutto**

**SCUOLE DELL'INFANZIA E PRIMARIE DEL COMUNE DI LODI**

**TABELLA DIETETICA PRIVA DI CARNI AUTUNNO INVERNO 2020/2021**

⇒**Non** utilizzare materie prime e **Non** somministrare preparazioni che contengano carni di: **VITELLO, MANZO, POLLO, TACCHINO, MAIALE; STRUTTO, LARDO, COLLA DI PESCE**

	1° settimana	2° settimana	3° settimana	4° settimana
<b>LUNEDI</b>	Risotto allo zafferano Formaggio asiago Piselli Pane – mousse di frutta	Pasta integrale al ragù vegetale Crescenza Insalata verde Pane – mousse di frutta	Risotto alla paesana Bocconcini di mozzarella Carote olio e limone Pane – mousse di frutta	Pasta integrale al ragù vegetale Robiola Fagiolini all'olio Pane – mousse di frutta
<b>MARTEDI</b>	Pennette al salmone Frittata con patate Insalata verde Pane – banana	Farro al pomodoro Omelette Patate al forno Pane – banana	Finocchi in insalata Polenta con formaggio Pane – banana equosolidale	Risotto alla parmigiana Omelette Erbette all'olio Pane – banana
<b>MERCOLEDI</b>	Pasta al pomodoro Formaggio fresco Erbette all'olio Pane – frutta fresca	Riso/risotto agli aromi Filetto di pesce gratinato* Carote al vapore Pane – frutta fresca	Gnocchetti sardi al pomodoro Frittata al forno con erbe Purè di patate Pane – frutta fresca	Pasta con vellutata bianca Filetto di pesce gratinato* Patate al forno Pane – frutta fresca
<b>GIOVEDI</b>	Pasta all'ortolana Filetto di pesce gratinato* Finocchi in insalata Pane – frutta fresca	Torta salata senza prosciutto Insalata mista Pane – frutta fresca	Pasta alla pizzaiola Filetto di pesce gratinato* Insalata verde Pane – frutta fresca	Pasta al pomodoro Tortino di ricotta e spinaci* Lenticchie Pane – frutta fresca
<b>VENERDI</b>	Raviolini di magro olio e salvia Bocconcini di merluzzo dorati* Carote olio e limone Pane – frutta fresca	Pasta al pesto Filetto di platessa dorato* Fagiolini all'olio Pane – frutta fresca	Pasta aglio olio e prezzemolo Pesce spada in salsa di limone Piselli Pane – frutta fresca	Risotto alla zucca e granone lodigiano Filetto di platessa dorato* Insalata verde Pane – frutta fresca

\* **crostini, pasta di pane, pangrattato non contenenti strutto**

**SCUOLE DELL'INFANZIA E PRIMARIE DEL COMUNE DI LODI**

**TABELLA DIETETICA PRIVA DI CARNI E PESCE AUTUNNO INVERNO 2020/2021**

⇒**Non** utilizzare materie prime e **Non** somministrare preparazioni che contengano carni di: **VITELLO, MANZO, POLLO, TACCHINO, MAIALE; STRUTTO, LARDO, COLLA DI PESCE; PESCE**

	<b>1° settimana</b>	<b>2° settimana</b>	<b>3° settimana</b>	<b>4° settimana</b>
<b>LUNEDI</b>	Risotto allo zafferano Formaggio asiago Piselli Pane – mousse di frutta	Pasta integrale al ragù vegetale Crescenza Insalata verde Pane – mousse di frutta	Risotto alla paesana Bocconcini di mozzarella Carote olio e limone Pane – mousse di frutta	Pasta integrale al ragù vegetale Robiola Fagiolini all'olio Pane – mousse di frutta
<b>MARTEDI</b>	Pasta con besciamella Frittata con patate Insalata verde Pane – banana	Farro al pomodoro Omelette Patate al forno Pane – banana	Finocchi in insalata Polenta con lenticchie (farina di mais70 gr. lenticchie secche70 gr.) Pane – banana equosolidale	Risotto alla parmigiana Omelette Erbette all'olio Pane – banana
<b>MERCOLEDI</b>	Pasta al pomodoro Formaggio fresco Erbette all'olio Pane – frutta fresca	Riso/risotto agli aromi Lenticchie Carote al vapore Pane – frutta fresca	Gnocchetti sardi al pomodoro Frittata al forno con erbette Purè di patate Pane – frutta fresca	Pasta con vellutata bianca Fagioli Patate al forno Pane – frutta fresca
<b>GIOVEDI</b>	Pasta all'ortolana (legumi secchi 70 gr., pasta 70 gr) Finocchi in insalata Pane – frutta fresca	Torta salata senza prosciutto Insalata mista Pane – frutta fresca	Pasta alla pizzaiola Formaggio Insalata verde Pane – frutta fresca	Pasta al pomodoro Tortino di ricotta e spinaci Lenticchie Pane – frutta fresca
<b>VENERDI</b>	Raviolini di magro olio e salvia Farinata di ceci Carote olio e limone Pane – frutta fresca	Pasta al pesto Farinata di ceci Fagiolini all'olio Pane – frutta fresca	Pasta aglio olio e prezzemolo Farinata di ceci Piselli Pane – frutta fresca	Risotto alla zucca e grana lodigiano Farinata di ceci Insalata verde Pane – frutta fresca

\* **crostini, pasta di pane, pangrattato non contenenti strutto**

## SCUOLE DELL'INFANZIA E PRIMARIE DEL COMUNE DI LODI

### TABELLA DIETETICA PRIVA DI ALIMENTI DI ORIGINE ANIMALE AUTUNNO INVERNO 2020/2021

⇒ **Non** utilizzare materie prime e **Non** somministrare preparazioni che contengano carni di: **VITELLO, MANZO, POLLO, TACCHINO, MAIALE; STRUTTO, LARDO, COLLA DI PESCE; PESCE; UOVO E DERIVATI; LATTE E DERIVATI; MIELE**

	1° settimana	2° settimana	3° settimana	4° settimana
<b>LUNEDI</b>	Risotto allo zafferano senza burro Formaggio vegetale Piselli Pane – mousse di frutta	Pasta integrale al ragù vegetale Formaggio vegetale Insalata verde Pane – mousse di frutta	Risotto alla paesana senza burro Formaggio vegetale Carote olio e limone Pane – mousse di frutta	Pasta integrale al ragù vegetale Formaggio vegetale Fagiolini all'olio Pane – mousse di frutta
<b>MARTEDI</b>	Pasta all'olio Tofu alla pizzaiola Insalata verde Pane – banana	Farro al pomodoro Tofu alla pizzaiola Patate al forno Pane – banana	Finocchi in insalata Polenta con lenticchie (farina di mais 70 gr. lenticchie secche 70 gr.) Pane – banana equosolidale	Riso all'inglese Tofu alla pizzaiola Erbette all'olio Pane – banana
<b>MERCOLEDI</b>	Polenta con lenticchie (farina di mais 70 gr. lenticchie secche 70 gr.) Erbette all'olio Pane – frutta fresca	Riso/risotto agli aromi Lenticchie Carote al vapore Pane – frutta fresca	Gnocchetti sardi al pomodoro Tofu alla pizzaiola Patate in insalata Pane – frutta fresca	Pasta all'olio con verdure Fagioli Patate al forno Pane – frutta fresca
<b>GIOVEDI</b>	Pasta all'ortolana (legumi secchi 70 gr., pasta 70 gr) Finocchi in insalata Pane – frutta fresca	Pizza al pomodoro Fagioli Insalata mista Pane – frutta fresca	Pasta alla pizzaiola Fagioli Insalata verde Pane – frutta fresca	Pasta al pomodoro Lenticchie Carote olio e limone Pane – frutta fresca
<b>VENERDI</b>	Pasta olio e salvia Farinata di ceci Carote olio e limone Pane – frutta fresca	Pasta al pesto senza grana Farinata di ceci Fagiolini all'olio Pane – frutta fresca	Pasta aglio olio e prezzemolo Farinata di ceci Piselli Pane – frutta fresca	Risotto alla zucca senza burro Farinata di ceci Insalata verde Pane – frutta fresca

\* **crostini, pasta di pane, pangrattato non contenenti strutto.**

**Si raccomanda di non condire i primi piatti con il formaggio.**