

DIREZIONE DIDATTICA I CIRCOLO "EUROPA"

C.SO GARIBALDI - 94012 BARRAFRANCA (EN)

Tel/Fax 0934/464273

C.F. 80005700861

Email: enee02600v@istruzione.it

www.1circolo.it

MENU INVERNALE

MENU'	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI	VENERDI'
1^SETTIMANA	<p>Pennette con ragù bianco (pasta di semola cruda 80 gr; bovino adulto o vitellone-lombata 30 gr.; pomodori pelati in scatola 20 gr; parmigiano 15 gr; olio oliva e.v. 10 gr.)</p> <p>Zucchine gratinate (zucchine cotte 60 gr. Pan grattato 10 gr.)</p> <p>Pane gr. 30</p> <p>Mela renette gr. 100</p>	<p>Zuppa di cereali e lenticchie (avena 20 gr. Farro 20 gr orzo perlato 10 gr. lenticchie secche crude 30 gr Carote crude 5 gr. Cipolline crude 15 gr. Sedano crudo 5 gr. Parmigiano 10 gr. Olio oliva e.v. 15 gr)</p> <p>Fagiolini lessi 60 gr.</p> <p>Pane 30 gr.</p> <p>Mela golden 100 gr.</p>	<p>Farfalle al salmone (Pasta di semola cruda 80 gr. Salmone fresco 50 gr. Prezzemolo 5 gr. Olio oliva e.v. 5 gr.)</p> <p>Verdure gratinate (broccolo a testa crudo 120 gr. Parmigiano 10 gr.)</p> <p>Pane 30 gr.</p> <p>Mela golden 100 gr.</p>	<p>Pollo e patate al forno (fuso di pollo con pelle 80 gr. Olio oliva e.v. 15 gr. Patate crude 250 gr.)</p> <p>Finocchio e sedano in insalata (finocchi crudi 80 gr Sedano 20 gr.)</p> <p>Pane 30 gr.</p> <p>Mela golden 100 gr.</p>	<p>Pizza Margherita (farina 70 gr. Pelati 20 gr. Mozzarella 60 gr. Olio oliva e.v. 5 gr.)</p> <p>Yogurt alla frutta</p>
2^ SETTIMANA	<p>Riso con legumi (riso crudo 60 gr. Ceci secchi 10 gr. Lenticchie secche crude 20 gr. Olio oliva e.v. 5 gr.)</p> <p>Carote lesse (carote cotte 60 gr. Cipolle cotte 5 gr. Sedano crudo 5 gr. Olio oliva e.v. 10 gr. Parmigiano 15 gr.)</p> <p>Pane gr. 30</p> <p>Mela renette gr. 100</p>	<p>Arrosto di tacchino con patate al forno (fuso di tacchino senza pelle 70 gr. Patate crude 300 gr. Olio oliva e.v. 5 gr.)</p> <p>Verdure miste (carote crude 40 gr. Finocchi crudi 40 gr. Lattuga 30 gr. Sedano crudo 20 gr. 10)</p> <p>Pane 30 gr.</p> <p>Mela golden 100 gr.</p>	<p>Pennette al tonno e carote (pasta di semola cruda 70 gr. Tonno fresco 50 carote crude 20 cipolle crude 20 olio oliva e.v.)</p> <p>Pane 30 gr.</p> <p>Mela golden 100 gr.</p>	<p>Farfalline al pomodoro e basilico (pasta di semola cruda 80 gr. Pomodori pelati in scatola 20 gr. Basilico 5 gr. Olio oliva e.v. 10 gr. Parmigiano 10 gr.)</p> <p>Bocconcini di pollo (petto di pollo crudo gr. 60 carote crude gr. 10 cipolle crude gr. 10 sedano crudo gr. 5)</p> <p>Zucchine al forno (zucchine crude 50 gr.)</p> <p>Pane 30 gr.</p> <p>Mela golden 100 gr.</p>	<p>Pizza al tonno e mozzarella (farina 70 gr. Pelati 20 gr. Mozzarella 60 gr. Olio oliva e.v. 5 gr. Tonno gr. 40)</p> <p>Mela golden 100 gr.</p>

DIREZIONE DIDATTICA I CIRCOLO "EUROPA"

C.SO GARIBALDI - 94012 BARRAFRANCA (EN)

Tel/Fax 0934/464273

C.F. 80005700861

Email: enee02600v@istruzione.it

www.1circolo.it

<p>3^ SETTIMANA</p>	<p>Ravioli in brodo e parmigiano (Ravioli freschi alla carne gr. 80 olio oliva e.v. gr. 5 parmigiano gr.25)</p> <p>Bietole al vapore (bietola cruda 80 gr Olio oliva e.v. 5 gr.)</p> <p>Pane 30 gr.</p> <p>Mela golden 100 gr.</p>	<p>Pennette al ragù (pasta semola cruda 80 gr. Bovino adulto vitellone lombata 30 gr. Pomodori pelati in scatola 20 gr. Parmigiano 10 gr olio oliva e.v. 5 gr.)</p> <p>Verdure grigliate (finocchi crudi gr. 20 radicchio rosso gr. 10 carote crude gr. 20 zucchine crude 20 gr. Pan grattato 5 gr . olio oliva e.v. 10 gr.)</p> <p>Pane 30 gr.</p> <p>Mela golden 100 gr.</p>	<p>Passato vegetariano (pasta semola cruda 50 gr. Ceci secchi crudi 10 gr. Patate crude 40 gr. Bietola cruda 20 gr. Broccolo a testa crudo 20 gr. Carote crude 20 gr. Cipolle crude 10 gr. Lattuga 20 gr. Pomodori maturi 20 gr. Sedano crudo 10 gr. Parmigiano 10 gr. Olio oliva e.v. 5 gr.)</p> <p>Bastoncini di merluzzo (merluzzo o nasello crudo 80 gr. Pan grattato 30 gr. Olio oliva e.v. 10 gr.)</p> <p>Pane 30 gr.</p> <p>Mela golden 100 gr.</p>	<p>Gordon bleu al forno con prosciutto e mozzarella (petto di pollo crudo 50 gr. Prosciutto cotto magro 20 gr. Mozzarella 20 gr. Pan grattato 30 gr. Olio oliva e.v. 5 gr.)</p> <p>Patate al forno (200 gr. Patate crude Olio oliva e.v. 5 gr.)</p> <p>Pane 30 gr.</p> <p>Mela golden 100 gr.</p>	<p>Ditalini all'italiana (pasta di semola cruda 80 gr. Ricotta vaccina 40 gr. Spinaci crudi 40 gr. Parmigiano 10 gr. Olio oliva e.v. 10)</p> <p>Mela golden 100 g</p>
<p>4^ SETTIMANA</p>	<p>Trofiette al pesto (pasta di semola gr.80 basilico 20 gr. Pinoli 5 ge. Parmigiano gr. 10 olio oliva e.v. 10 gr)</p> <p>Pesce spada (pesce spada fresco gr. 70 olio oliva e.v. gr. 5)</p> <p>Pane 30 gr.</p> <p>Mela golden 100 gr.</p>	<p>Spezzatino di bovino (bovino adulto-vitellone girello gr.80 Pomodori pelati in scatola gr. 20 cipolle crude 5 gr. Carote crude 10 gr. Sedano crudo 5 gr. Olio oliva e.v. 5 gr.)</p> <p>Patate lesse (patate crude gr. 300 Olio oliva e.v. 10 gr.)</p> <p>Pane 30 gr.</p> <p>Mela golden 100 gr</p>	<p>Platessa dorata (merluzzo o nasello crudo 100 gr. Pan grattato 20 gr. Olio oliva e.v. 5)</p> <p>Patate al forno (patate crude 220 gr. Olio oliva 10 gr.)</p> <p>Pane 30 gr.</p> <p>Mela golden 100 gr</p>	<p>Zuppa di legumi e cereali (avena 30 gr. Riso brillato crudo 30 gr. Orzo perlato 10 gr. Lenticchie secche crude 30 gr. Cipolle crude 10 gr .carote crude 10 gr. Sedano crudo 5 gr. Parmigiano 10 gr. Olio oliva e.v. 5 gr.)</p> <p>Carote lesse (carote cotte 60 gr. Cipolle cotte 5 gr. Sedano crudo 5 gr. Olio oliva e.v. 10 gr. Parmigiano 15 gr.)</p> <p>Pane 30 gr.</p> <p>Mela golden 100 gr</p>	<p>Tortino vegetariano Con polpettine di pollo (uovo di gallina intero 50 gr. Patate crude 200 gr. Ricotta vaccina 20 gr. Parmigiano 10 gr. Olio oliva 5 gr.(petto di pollo crudo 40 gr. Latte vaccino UHT P.S. 10 gr.)</p> <p>Pane gr. 30</p> <p>Macedonia di frutta fresca. (mela 50 gr. Arancia succo 30 gr. Banane gr. 40 kiwi 20 gr. Pere gr 30)</p>