



MENU PER LE SCUOLE PRIMARIE

dei comuni dell'unione bassa reggiana

anno scolastico 2022/2023

»» I SETTIMANA

26/09/2022 – 02/10/2022
 24/10/2022 – 30/10/2022
 21/11/2022 – 27/11/2022
 19/12/2022 – 25/12/2022
 16/01/2023 – 22/01/2023
 13/02/2023 – 19/02/2023
 13/03/2023 – 19/03/2023
 10/04/2023 – 16/04/2023
 08/05/2023 – 14/05/2023
 05/06/2023 – 11/06/2023

»» II SETTIMANA

03/10/2022 – 09/10/2022
 31/10/2022 – 06/11/2022
 28/11/2022 – 04/12/2022
 27/12/2022 – 01/01/2023
 23/01/2023 – 29/01/2023
 20/02/2023 – 26/02/2023
 20/03/2023 – 26/03/2023
 17/04/2023 – 23/04/2023
 15/05/2023 – 21/05/2023
 11/06/2023 – 18/06/2023

»» III SETTIMANA

12/09/2022 – 18/09/2022
 10/10/2022 – 16/10/2022
 07/11/2022 – 13/11/2022
 05/12/2022 – 11/12/2022
 02/01/2023 – 08/01/2023
 30/01/2023 – 05/02/2023
 27/02/2023 – 05/03/2023
 27/03/2023 – 02/04/2023
 24/04/2023 – 30/04/2023
 22/05/2023 – 28/05/2023

»» IV SETTIMANA

19/09/2022 – 25/09/2022
 17/10/2022 – 23/10/2022
 14/11/2022 – 20/11/2022
 12/12/2022 – 18/12/2022
 09/01/2023 – 15/01/2023
 06/02/2023 – 12/02/2023
 06/03/2023 – 12/03/2023
 03/04/2023 – 09/04/2023
 01/05/2023 – 07/05/2023
 29/05/2023 – 04/06/2023

»» LUNEDÌ

fusilli integrali al ragù di vitellone
 1/2 porzione di parmigiano reggiano
 broccoli al vapore
 pane al mais e frutta di stagione

var. stagionale (dal 13/03/2023)
 insalata, 1/2 porzione di emmenthal

bis di raviolini di ricotta e spinaci*
 e zucca all'olio evo e parmigiano reggiano, 1/2 porzione di parmigiano reggiano
 insalata verde e mais
 pane al mais e frutta di stagione

var. stagionale
 bis di raviolini di ricotta e spinaci*
 e patate all'olio evo e parmigiano reggiano, fagiolini all'olio evo

pastina in brodo vegetale*
 tortino di carote
 finocchi crudi
 pane al mais e frutta di stagione

var. stagionale
 uovo sodo, insalata verde

sedanini all'olio evo e parmigiano reggiano
 erbazzone*
 verza a filetto
 pane al mais e frutta di stagione

var. stagionale
 pomodori (in stagione) / insalata

»» MARTEDÌ

crema di fagioli cannellini con crostini senza glutine
 fettina di tacchino agli aromi
 carote alla julienne
 frutta e gallette di mais

var. stagionale
 crema di piselli* con riso, arrosto di tacchino,



crema di ceci con ditalini
 scaloppina di pollo al limone
 carote a filetto
 pane con farina bio e frutta di stagione

var. stagionale
 crema di ceci con crostini,
 straccetti di pollo con le mandorle,
 pomodori (in stagione) / insalata

risotto alla zucca*
 cotoletta di limanda*
 insalata verde
 pane con farina bio e frutta di stagione

var. stagionale
 risotto alla lattuga, pomodori (in stagione) / insalata

MENU SPECIALE**»» MERCOLEDÌ**

sedanini al pomodoro
 triangoli di frittata
 insalata
 pane tipo baguette e frutta di stagione

var. stagionale
 tortiglioni al pomodoro fresco e basilico, fagiolini all'olio evo

fusilli integrali al sugo vegetale
 polpette di ricotta e spinaci
 finocchi crudi
 pane tipo baguette e frutta di stagione

var. stagionale
 tortino di ricotta e spinaci, insalata e mais

crema di carote* con cous cous
 cosce di pollo al forno
 patate arrosto*
 pane tipo baguette e frutta di stagione

var. stagionale
 passato di verdure* e legumi con risoni

fusilli integrali al tonno (rosso)
 crocchette di patate e formaggio
 insalata e mais
 pane tipo baguette e frutta di stagione

var. stagionale
 spaghetti integrali al sugo di pesce*, insalata mista

»» GIOVEDÌ

pinzimonio invernale di sedano, carote e cavolfiore
 pizza margherita
 1/2 porzione di prosciutto cotto
 pane con farina bio e banana equo

var. stagionale
 pinzimonio estivo di cetrioli, pomodori e carote

passato di verdura e legumi* con orzo
 svizzera di vitellone
 purea di patate
 pane con farina bio e banana equo

var. stagionale
 polpettine di vitellone e piselli* al pomodoro

carote a julienne
 lasagne* alla bolognese
 1/2 porzione di crescenza
 pane con farina bio e banana equo

var. stagionale
 caprese con 1/2 porzione di mozzarella e pomodori

passato di verdure e legumi* con ditalini
 scaloppina di pollo alla salvia
 patate prezzemolate
 pane con farina bio e banana equo

var. stagionale
 scaloppina di pollo al limone

»» VENERDÌ

pastina in brodo vegetale*
 halibut* in crosta di mais
 finocchi a filetto/bastoncino
 pan de re e frutta di stagione

var. stagionale
 pennette al pesto genovese, pomodori (in stagione)/ insalata

riso alla parmigiana
 bastoncini di halibut*
 spinaci all'olio evo
 pan de re e frutta di stagione

var. stagionale
 risotto allo zafferano, carote e zucchine a julienne

pennette integrali al pomodoro
 polpette/polpettone di legumi
 broccoli all'olio evo
 pan de re e frutta di stagione

var. stagionale
 penne integrali pomodoro e basilico, carote julienne

risotto bianco e rosa (con barbabietola)
 cotoletta di limanda*
 carote a julienne
 pan de re e frutta di stagione

var. stagionale
 risotto agli spinaci

COMPOSIZIONE DIETA LEGGERA IN BIANCO

Il genitore può richiedere la dieta leggera nel caso in cui il bambino o la bambina presenti lievi indisposizioni (per un massimo di tre giorni consecutivi).

LUNEDÌ: riso in bianco (olio evo), filetto di pesce in bianco (al vapore/forno), carote e patate, pane, mela

MARTEDÌ: pasta in bianco (olio evo), prosciutto cotto carote e patate, pane, mela

MERCOLEDÌ: riso in bianco (olio evo), parmigiano reggiano DOP, carote e patate, pane, mela

GIOVEDÌ: pasta in bianco (olio evo), petto di pollo ai ferri, carote e patate, pane, mela

VENERDÌ: riso in bianco (olio evo), filetto di pesce in bianco (al vapore/forno), carote e patate, pane, mela

MENU SPECIALE

RE RAGÙ 20/09/2022 - 18/10/2022

Tagliatelle al ragù di vitellone, verdure gratinate, torta cioccolatina

FORZA PANINO! 15/11/2022

Panino con hamburger e insalata con ketchup e maionese, patate arrosto, coppetta gelato bianca e nera

ED È SUBITO FESTA 13/12/2022

Cappelletti in brodo vegetale, arrosto di tacchino, patate arrosto, pandoro

SUPERPIZZA 10/1/2023

Insalata mista (cappuccio, insalata e carote), pizza fantasia (verdure e prosciutto cotto), torta cioccolato e pere

I RAGAZZI DEL PO 7/2/2023

Gnocco al forno con coppa IGP e mortadella IGP, finocchi, macedonia invernale

SPECIALE CARNEVALE 21/02/2023

Chiacchiere

MENÙ CANTERINO 7/3/2023 - 2/5/2023

Pasta al forno, insalatone con pomodorini, carote, mais e tonno, macedonia di frutta

PESCI D'APRILE 4/4/2023

Garganelli al burro e parmigiano reggiano, insalata di mare con patate e fagioli cannellini, colomba

NEVE ESTIVA 30/5/2023

Noccioline al pesto di rucola e pomodorini freschi, vitello in salsa tonnata, caponata (melanzane, patate, olive, peperoni), biscotto gelato

INFORMAZIONI

Il menu* è articolato su quattro settimane ed è stato validato dal SIAN (Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione) dell'AUSL e la sua composizione rispetta i LARN (Livelli di Assunzione di Riferimento di Nutrienti ed energia per la popolazione italiana) e le "LINEE STRATEGICHE PER LA RISTORAZIONE SCOLASTICA IN EMILIA ROMAGNA".

È prevista la possibilità di richiedere diete specifiche per motivi sanitari (con certificato medico specialistico) o per motivi etico/religiosi (con autocertificazione).

- ● *Si informano le famiglie che gli alimenti somministrati possono contenere uno o più allergeni come ingrediente o in tracce: cereali contenenti glutine e derivati, crostacei, uova e derivati, pesce, arachidi, soia, latte e derivati (incluso lattosio), frutta a guscio, sedano, senape, semi di sesamo, anidride solforosa e solfiti, lupini e molluschi.*