

ATS DI BERGAMO - SCUOLA DELL'INFANZIA PARITARIA SANTA CHIARA - TABELLA DIETETICA INVERNALE a.s.2023/24

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1	Pasta al sugo di pomodoro Frittata al forno Spinaci* al limone Pane° Frutta	Lasagna* al ragù Cavolfiori* al naturale Pane° Frutta	Risotto alla parmigiana Filetto di pesce* al gratin profumato agli aromi Fagiolini* al sugo PaneFrutta	Pasta all'olio evo e Grana Piselli* al sugo Carote a julienne Pane° Frutta	Trofie al pomodoro Ricottina Biete* erbetto graten Pane° Frutta
2	Farro allo zafferano Lenticchie in umido Con fiammiferi di carote (nocette di grana) Pane° Frutta	Orecchiette al pomodoro Frittata con verdure d'autunno Spinaci* all'evo Pane° Frutta	Passato di verdura Cotoletta di tacchino con panatura leggera al forno Patate arrostiti Pane° Frutta	Pizza margherita Lattuga Pane° Frutta	Gnocchetti sardi all'extravergine Crocchette* di pesce Cavolfiori* Pane° Frutta
3	Risotto al rosmarino Branzi Insalatina autunnale con cavolo cappuccio Pane° Frutta	Crema di legumi* con crostini Carote crude a bastoncino Patate al forno (nocette di grana) Pane° Frutta	Pasta al pesto di basilico Frittata con formaggio Fagiolini* Pane° Frutta	Polenta con bruscitti Mix di verdure* al vapore Pane° Frutta	Gnocchi* in salsa aurore leggera Nasello* con panatura croccante Carote lesse Pane° Frutta
4	Pasta allo zafferano Petto di pollo al limone Spinaci* all'extravergine Pane° Frutta	Riso all'inglese Frittata Finocchi al vapore Pane° Frutta	Pasta al ragù di verdure Polpette di legumi Pomodori Pane° Frutta	Pizza margherita Lattuga Pane° Frutta	Risotto alla zucca Milanese* di mare dorata al forno Fagiolini* al prezzemolo Pane° Frutta

° pane a ridotto contenuto di sale

* decongelati o freschi, a seconda della disponibilità stagionale