

Lecce - Menù Primavera-Estate a. s. 2022 - 2023

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Sett.1	<i>Pasta e piselli</i> Fagiolini con scaglierie di parmigiano Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro fresco <i>Polpette di pesce o Merluzzo</i> gratinato/ salentina Insalata mista Pane Frutta di stagione	Risotto allo zafferano Taccchino alla pizzaiola Zucchine trifolate Pane integrale Frutta di stagione	Farro e lenticchie/zuppa cereali e legumi <i>Polpette di melanzane</i> Insalata di pomodori e cetrioli Pane Frutta di stagione Vit.C	Pasta primavera Frittata al forno Carote gratinate Pane Macedonia o frutta mista di stagione
Sett.2	Antipasto di carote <i>Riso e zucchine</i> <i>Polpette di pesce /Merluzzo al forno</i> Bietola all'olio Pane Frutta di stagione	Orecchiette al pomodoro fresco Robiola o mozzarella o <i>primo sale</i> Insalata di pomodori Pane integrale Frutta di stagione	Pasta e piselli <i>Schiacciate di verdura</i> Julienne di carote Pane Frutta di stagione Vit.C	Pasta al pomodoro fresco Straccetti croccanti di pollo Zucchine trifolate Pane Frutta di stagione	Insalata di bulgur o altro cereale al pesto di verdure a scelta Salmone gratinato Insalata mista Pane con verdure (pizzi) Macedonia o frutta mista di stagione
Sett.3	Riso con crema di carote Polpette di vitellone al sugo Zucchine trifolate con o senza nocciole Pane Frutta di stagione	Cous cous con verdure croccanti o cous cous al pesto Frittata con verdure Insalata di pomodori e cetrioli Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e melanzane Merluzzo o platessa al limone Pisellini all'olio Pane integrale Frutta di stagione	Pasta integrale con patate Caciottina o scamorza fresca Carote julienne Pane Frutta di stagione Vit.C	Pasta al ragù di pesce Crocchette di ricotta/Medaglioni di melanzane Pane Macedonia o frutta mista di stagione
Sett.4	Insalata fresca di arzo o altro cereale Polpette o bocconcini di pesce gratinati Insalata di pomodori Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro fresco <i>Straccetti croccanti di pollo</i> Fagiolini all'olio Pane con verdure (pizzi) Frutta di stagione	<i>Pasta fresca e ceci (ciceri e tria)</i> <i>Polpette di melanzane</i> Insalata mista Pane Frutta di stagione Vit.C	Antipasto di cetrioli Pasta al forno con scamorza o robiola Pomodori gratinati Pane integrale Frutta di stagione	Passato di verdure con farro o altro cereale Merluzzo alla salentina/gratinato Zucchine grigliate Pane Macedonia o frutta mista di stagione
Sett.5	Pasta alla pizzaiola Sovra coscia di pollo arrosto Insalata di pomodori e cetrioli Pane con verdure (pizzi) Frutta di stagione	Crostini con passato di lenticche decorricate (rosse) Fagiolini con scaglierie di parmigiano/crocchette di ricotta Pane Frutta di stagione Vit.C	Pasta, carote, zucchine e gamberetti Polpette di pesce/ insalata di mare Insalata mista Pane Frutta di stagione	Pasta alla crudaiola o al pesto fresco Schiacciata di legumi Pomodori gratinati Pane Frutta di stagione	Risotto alla mela e salvia Frittata con verdure Bietola all'olio Pane Macedonia o frutta mista di stagione