


	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
05.10.20	Frittata di erbe (con <b>uova</b> ) Pomodori (o insalata se non disponibili) <b>Pasta integrale</b> alla pizzaiola (con <b>pomodoro</b> ) Pane fresco a filiera corta <b>Frutta fresca</b>	<b>Certosa</b> <b>Fagiolini</b> (di produz. nazionale) Riso all'olio Pane fresco a filiera corta Polpa di frutta	Bocconcini di tacchino Tris di verdure (carote, piselli, patate a dadini) Passato di verdura con <b>pastina</b> Pane fresco a filiera corta <b>Frutta fresca</b>	Polpette di <b>ceci</b> (con <b>uova</b> ) Insalata <b>Pasta</b> al pesto Pane fresco a filiera corta <b>BANANA</b> 	Pasticcio di merluzzo ( <b>pesca sostenibile</b> ) Carote al vapore <b>Pasta</b> al pomodoro Pane fresco a filiera corta <b>Frutta fresca</b>
12.10.20	Platessa impanata Purè (con <b>latte</b> ) <b>Pasta</b> al pesto Pane fresco a filiera corta <b>Frutta fresca</b>	Bocconcini di pollo impanati Carote alla julienne <b>Pasta</b> al sugo di <b>pomodoro</b> con <b>piselli</b> Pane fresco a filiera corta <b>Yogurt alla frutta</b>	<b>Robiola</b> <b>Fagiolini</b> (di produz. nazionale) all'olio <b>Pasta integrale</b> alla pizzaiola (con <b>pomodoro</b> ) Pane fresco a filiera corta <b>BANANA</b> 	Vellutata di verdura con <b>orzo</b> Frittata (con <b>uova</b> ) Pomodori (o insalata se non disponibili) Pane fresco a filiera corta <b>MELA GOLDEN MARLENE</b> 	Sformato di <b>legumi</b> (con <b>uova</b> ) Insalata <b>Riso</b> all'olio Pane fresco a filiera corta <b>CROSTATA*</b> <i>16 ottobre: Giornata mondiale dell'alimentazione</i>
19.10.20	Prosciutto cotto Insalata, carote e pomodori Pizza margherita (con <b>pomodoro</b> e <b>mozzarella</b> ) Pane fresco a filiera corta <b>BANANA</b> 	Hamburger di manzo (con <b>uova</b> ) Insalata verde <b>Pasta integrale</b> al <b>pomodoro</b> Pane fresco a filiera corta Budino	Platessa al forno <b>Patate</b> e carote lesse <b>Pasta</b> al sugo di verdure (con <b>pomodoro</b> ) Pane fresco a filiera corta <b>Yogurt alla frutta</b>	Insalata caprese (mozzarella e pomodori) Ravioli all'olio Pane fresco a filiera corta <b>Frutta fresca</b>	Minestra di verdura con <b>pastina</b> Polpette di carni bianche e verdura (con <b>uova</b> ) Zucchine al verde Pane fresco a filiera corta <b>Frutta fresca</b>
26.10.20	Frittata di <b>patate</b> (con <b>uova</b> ) Carote alla julienne <b>Pasta</b> al sugo di <b>lenticchie</b> (con <b>pomodoro</b> ) Pane fresco a filiera corta <b>MELA DELLA VAL DI NON</b> 	Passato di verdura Pizza margherita (con <b>pomodoro</b> e <b>mozzarella</b> ) Insalata mista Pane fresco a filiera corta <b>BANANA</b> 	Polpette di merluzzo (con <b>uova</b> ) <b>Spinaci</b> gratinati <b>Riso</b> alla parmigiana Pane fresco a filiera corta <b>Frutta fresca</b>	Bocconcini di lonza impanati Insalata mista <b>Pasta integrale</b> al <b>pomodoro</b> Pane fresco a filiera corta <b>Yogurt alla frutta</b>	Coscia di pollo Purè (con <b>latte</b> ) <b>Pasta</b> all'olio Pane fresco a filiera corta <b>Frutta fresca</b>

**LEGENDA:**

 = PRODOTTO DOP;  = PRODOTTO IGP;  = PRODOTTO PROVENIENTE DAL MERCATO EQUO E SOLIDALE. I PRODOTTI BIOLOGICI SONO INDICATI IN ROSSO NEL MENU'.

**NOTE:**

\*Le torte sono confezionate presso il centro cottura CAMST di Vado Ligure, utilizzando ingredienti biologici (farina, burro, uova e confettura) e zucchero di canna del commercio equosolidale.

Il basilico utilizzato è fresco a produzione biologica o controllata secondo stagionalità. Le Albicocche di Valleggia ed il Pomodoro Cuore di Bue di Cerialle (PRODOTTI A FILIERA CORTA) verranno serviti secondo stagionalità.

Il venerdì della seconda settimana verrà utilizzato olio DOP di provenienza ligure nelle preparazioni a crudo.

Il 20 % del peso totale del pesce utilizzato è proveniente da acquacoltura biologica o pesca sostenibile. Il 15% del peso totale della carne utilizzata viene da produzione biologica.

L'aceto balsamico IGP è a disposizione come condimento presso i terminali scolastici. Prodotti a filiera corta: pane e focaccia (per cestini viaggio).

Nei menù a tema saranno utilizzati curry delicato BIO, zenzero BIO, cannella macinata BIO e curcuma PROVENIENTI DAL MERCATO EQUO E SOLIDALE.