

MENU ASSISI SCUOLA PRIMARIA, INFANZIA , SECONDARIA

Gemos
as you eat

Menù invernale

	1° SETTIMANA	2° SETTIMANA	3° SETTIMANA	4° SETTIMANA	5° SETTIMANA
GIORNI SPUNTINO	FOCACCIA AL ROSMARINO PASTA OLIO E PARMIGIANO FRITTATA AI FORMAGGI VERDURA CRUDA PANE FRUTTA DI STAGIONE	FOCACCIA ALLE NOCI POLENTA AL POMODORO FORMAGGIO FRESCO VERDURA CRUDA PANE FRUTTA DI STAGIONE	FETTE BISCOTTATE CON MARMELLATA RISOTTO CON CREMA DI PISELLI BOCCONCINI DI TACCHINO AL FORNO VERDURA COTTA PANE INTEGRALE FRUTTA DI STAGIONE	FOCACCIA AL ROSMARINO RISOTTO CON ZUCCA GIALLA COSCE DI POLLO ARROSTO VERDURA CRUDA PANE FRUTTA DI STAGIONE	YOGURT ALLA FRUTTA • BISCOTTI SECCHI PASTA AL POMODORO FRITTATA CON PATATE VERDURA COTTA PANE INTEGRALE FRUTTA DI STAGIONE
SPUNTINO	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE PASTA AL RAGU' DI VERDURE ARISTA DI MAIALE VERDURA COTTA PANE FRUTTA DI STAGIONE	FETTE BISCOTTATE CON MARMELLATA PASTA CON CREMA DI ZUCCA POLPETTE DI VITELLO VERDURA COTTA PANE INTEGRALE FRUTTA DI STAGIONE	FOCACCIA CON LE OLIVE PASTA AL SU'GO DI LENTICCHIE POLPETTINE DI PESCE AL FORNO VERDURA CRUDA PANE FRUTTA DI STAGIONE	FETTE BISCOTTATE CON MARMELLATA PASTA AL POMODORO SFORNATO DI VERDURE CON FORMAGGIO VERDURA CRUDA PANE FRUTTA DI STAGIONE	PANE E OLIO CREMA DI FAGIOLI CON PASTINA FORMAGGIO FRESCO/ SEMISTAGIONATO VERDURA CRUDA PANE FRUTTA DI STAGIONE
SPUNTINO	PANE E OLIO RISOTTO CON VERDURE DI STAGIONE TACCHINO AL FORNO VERDURA COTTA PANE INTEGRALE FRUTTA DI STAGIONE	CIAMBELLONE RISOTTO ALLA PARMIGIANA BURGER DI LEGUMI PATATE E VERDURE INSALATA MISTA PANE FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE LASAGNA AL POMODORO FORMAGGIO FRESCO INSALATA PANE FRUTTA DI STAGIONE	PANE E OLIO RISOTTO AL RAGU' DI VERDURE CROCCHEFFE DI PESCE CAROTE ALLA JULIENNE PANE FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE TORTELLINI IN BRODO VEGETALE BURGER DI VITELLO VERDURA COTTA PANE FRUTTA DI STAGIONE
SPUNTINO	TORCOLO PASTA AL POMODORO FORMAGGIO FRESCO VERDURA CRUDA PANE FRUTTA DI STAGIONE	PANE E OLIO CREMA DI VERDURE E ORZO PETTO DI POLLO O TACCHINO GRATINATO PISELLI STUFATI PANE FRUTTA DI STAGIONE	YOGURT ALLA FRUTTA • FETTA BISCOTTATA PASTA E PATATE STRACCETTI DI VITELLO VERDURA COTTA PANE INTEGRALE FRUTTA DI STAGIONE	CIAMBELLONE PASTA CON CREMA DI CAVOLFIORE ARISTA DI MAIALE VERDURA COTTA PANE INTEGRALE FRUTTA DI STAGIONE	TORCOLO RISO ALLA PARMIGIANA PETTO DI POLLO PANATO VERDURA CRUDA PANE FRUTTA DI STAGIONE
SPUNTINO	PANE E MARMELLATA MINESTRA DI PASTA E CECI CROCCHEFFE DI PESCE PATATE LESSE PANE INTEGRALE FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE PASTA AL POMODORO PESCE ALLA MUGNAIA VERDURA CRUDA PANE INTEGRALE FRUTTA DI STAGIONE	TORCOLO PASTA OLIO E PARMIGIANO FRITTATA AL FORNO VERDURA CRUDA PANE FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE PASTA OLIO E PARMIGIANO BURGER DI LEGUMI PATATE E VERDURE INSALATA MISTA PANE FRUTTA DI STAGIONE	FOCACCIA ALLE NOCI PASTA CON CREMA DI CAROTE PESCE GRATINATO VERDURA COTTA PANE FRUTTA DI STAGIONE

Redatto dal servizio dietitico Gemos: Dietisti Giuseppe Raso, Viola Pierini; Nutrizionista Margherita Cirilli

Rev. 01 2025

