



SERVIZIO DI RISTORAZIONE COMUNE DI COMO - MENU' PRIMAVERA/ESTATE 2024/2025 PRIVO DI LEGUMI

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1° SETTIMANA	Riso all'olio e parmigiano	Pasta integrale pomodoro e basilico	Maccheroncini alle verdure (<i>verdure</i>)*	Riso agli aromi	Vellutata di zucchine (<i>zucchine</i>)*
	Bocconcini di pollo al limone	Arrostito di Lonza al forno	Frittata al parmigiano	Provolone	Halibut*/platessa* gratinato
	Pomodori in insalata	Insalata	Carote julienne	Carote al vapore*	Patate al vapore*
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
	Pane a basso tenore di sodio	Pane integrale	Pane a basso tenore di sodio	Pane a basso tenore di sodio	Pane a basso tenore di sodio
2° SETTIMANA	Pasta all'olio	Risotto allo zafferano	Crema di verdure con farro	Pasta agli aromi	Pasta pomodoro e basilico
	Mozzarella	platessa panata*	formaggio	Fusi di pollo al forno	Hamburger di merluzzo (merluzzo*)
	Carote* all'olio	Insalata mista	Pomodori in insalata	Zucchine*all'olio	Insalata verde
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
	Pane a basso tenore di sodio	Pane integrale	Pane a basso tenore di sodio	Pane a basso tenore di sodio	Pane a basso tenore di sodio
3° SETTIMANA	Pasta alle zucchine (<i>zucchine</i>)*	Pizza margherita	Pasta al pesto	Risotto alla parmigiana	Pasta integrale al pomodoro e besciamella
	Prosciutto cotto		Pollo panato	Frittata	Latteria
	Carote julienne	Insalata verde	Zucchine*all'olio	Insalata verde	Pomodori
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
	Pane a basso tenore di sodio	Pane integrale	Pane a basso tenore di sodio	Pane a basso tenore di sodio	Pane a basso tenore di sodio
4° SETTIMANA	Pasta al pomodoro	Pasta al pesto	Risotto allo zafferano	Pasta al ragu' di carne (piatto unico)	Gnocchi al pomodoro
	Frittata al parmigiano	Provolone	Arrostito di tacchino		Halibut*/platessa* gratinato
	Carote *all'olio	Zucchine* all'olio	Insalata verde	Pomodori in insalata	Tris di verdure* all'olio senza legumi
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
	Pane a basso tenore di sodio	Pane integrale	Pane a basso tenore di sodio	Pane a basso tenore di sodio	Pane a basso tenore di sodio

* prodotti congelati/surgelati all'origine

La frutta proposta sarà a rotazione: banana, mela, prugne, albicocche, pesche, arance
al fine di garantire le esigenze etico dietetiche il menù potrebbe subire variazioni

in vigore dal 31/03/2025