

**COMUNE DI PIENZA – REFEZIONE SCOLASTICA**  
**MENÙ AUTUNNO INVERNO A.S. 2023-2024** **SECONDARIA DI I GRADO (LUNEDÌ E MERCOLEDÌ)**

	I ° SETTIMANA	II ° SETTIMANA	III ° SETTIMANA	IV ° SETTIMANA
<b>LUNEDÌ'</b>	Ravioli ricotta e spinaci con burro e salvia <sup>1,3,7</sup> Scaloppina di manzo al limone <sup>1</sup> Broccoli Frutta fresca di stagione	Pizza margherita <sup>1,7</sup> Prosciutto cotto Cavolfiore all'olio Frutta fresca di stagione	Risotto porri e zucca gialla <sup>9</sup> Polpette di manzo al pomodoro <sup>1,3,7</sup> Pisellini Frutta fresca di stagione	Pasta con verdure di stagione <sup>1,9</sup> Frittata al forno <sup>3,7</sup> Carote julienne Frutta fresca di stagione
<b>MARTEDÌ'</b>	Pasta al pomodoro <sup>1,9</sup> Scaglie di grana <sup>7,3</sup> o Robiola <sup>7</sup> Zucca gialla al forno Frutta fresca di stagione	Riso alla parmigiana <sup>7,9</sup> Frittata al forno <sup>3,7</sup> Carote crude in insalata o pinzimonio Frutta fresca di stagione	Passato di verdure con pastina <sup>9,1</sup> Tacchino arrosto Patate arrosto Frutta fresca di stagione	Pasta al pesto <sup>1,3,7,5,8</sup> Pollo arrosto Broccoli all'olio Frutta fresca di stagione
<b>MERCOLEDÌ'</b>	Crema di verdure con pastina <sup>1,9</sup> Polpette di legumi <sup>1,3,7</sup> Insalata mista Frutta fresca di stagione	Pasta alla zucca gialla <sup>1,9</sup> Platessa alla mugnaia <sup>4,7,1</sup> Spinaci/Bietole olio e limone Torta di mele o crostata <sup>1,3,7,8</sup>	Lasagne al ragù <sup>1,3,7,9</sup> Ceci alla salvia Finocchi in insalata Frutta fresca di stagione	Pasta al ragù <sup>1,9</sup> Pecorino da latte pastorizzato <sup>7</sup> Zucca gialla al forno Frutta fresca di stagione
<b>GIOVEDÌ'</b>	Risotto allo zafferano <sup>7,3,9</sup> Platessa <sup>4</sup> o polpette di merluzzo <sup>4,3,1</sup> Cavolfiore all'olio Yogurt <sup>7</sup>	Passato di verdure con orzo <sup>1,9</sup> Roastbeef ben cotto Purè di patate <sup>7</sup> Frutta fresca di stagione	Farro con verdure <sup>1,9</sup> Scaglie di grana <sup>7,3</sup> o robiola <sup>7</sup> Verdure miste in pinzimonio <sup>9</sup> Frutta fresca di stagione	Risotto al pomodoro <sup>9</sup> Platessa alla mugnaia <sup>4,1,7</sup> Finocchi gratinati <sup>1</sup> Torta di mele o crostata <sup>1,3,7,8</sup>
<b>VENERDÌ'</b>	Pasta all'olio <sup>1</sup> Petto di pollo alla salvia <sup>1</sup> Zucca gialla al forno Carote e finocchi in pinzimonio Frutta fresca di stagione	Pasta al ragù <sup>1,9</sup> Stracchino <sup>7</sup> Finocchi in insalata Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro <sup>1,9</sup> Polpette di pesce <sup>4,3,1</sup> Broccoli all'olio Frutta fresca di stagione	Passato di legumi con crostini di pane <sup>1</sup> Arista al forno Insalata mista Frutta fresca di stagione

Ad ogni pasto è prevista una porzione di pane<sup>1</sup> in base alle grammature previste; quando come contorno si consumano patate o legumi si consiglia di limitare il consumo di pane.

I numeri in apice accanto alle proposte del menu indicano la presenza degli allergeni alimentari (vd. Legenda alla pagina seguente).

**Legenda Allergeni:**

[Elenco delle sostanze o prodotti che provocano allergie (Allegato II del Reg. UE n. 1169/2011)]

<sup>[1]</sup> Cereali contenenti glutine, cioè: grano, segale, orzo, avena, farro, kamut o i loro ceppi ibridati e prodotti derivati, tranne sciroppi di glucosio e maltodestrine a base di grano o orzo	<sup>[8]</sup> Frutta a guscio, vale a dire: mandorle ( <i>Amygdalus communis</i> L.), nocciole ( <i>Corylus avellana</i> ), noci ( <i>Juglans regia</i> ), noci di acagiù ( <i>Anacardium occidentale</i> ), noci di pecan [ <i>Carya illinoensis</i> (Wangenh.) K. Koch], noci del Brasile ( <i>Bertholletia excelsa</i> ), pistacchi ( <i>Pistacia vera</i> ), noci macadamia o noci del Queensland ( <i>Macadamia ternifolia</i> ), e i loro prodotti
<sup>[2]</sup> Crostacei e prodotti a base di crostacei	<sup>[9]</sup> Sedano e prodotti a base di sedano.
<sup>[3]</sup> Uova e prodotti a base di uova.	<sup>[10]</sup> Senape e prodotti a base di senape.
<sup>[4]</sup> Pesce e prodotti a base di pesce	<sup>[11]</sup> Semi di sesamo e prodotti a base di semi di sesamo.
<sup>[5]</sup> Arachidi e prodotti a base di arachidi.	<sup>[12]</sup> Anidride solforosa e solfiti in concentrazioni superiori a 10 mg/kg o 10 mg/litro in termini di SO <sub>2</sub> totale da calcolarsi per i prodotti così come proposti pronti al consumo o ricostituiti conformemente alle istruzioni dei fabbricanti.
<sup>[6]</sup> Soia e prodotti a base di soia, tranne: olii e grassi di soia	<sup>[13]</sup> Lupini e prodotti a base di lupini.
<sup>[7]</sup> Latte e prodotti a base di latte (incluso lattosio)	<sup>[14]</sup> Molluschi e prodotti a base di molluschi.