

CITTA' DI GIAVENO – scuola SECONDARIA - A.S. 2025-2026 MENU' ESTIVO

	LUNEDI'	MARTEDI'	GIOVEDI'	
I°	Tagliatelle di semola al pomodoro e pesto Tortino arcobaleno Insalata verde Pane Frutta di stagione	Penne all'olio Rubiola Insalata di pomodori Pane TARTARUGA Frutta di stagione	Riso all'olio Hamburger di nasello con maionese Carote all'olio Pane QUADROTTA Yogurt alla frutta	
II°	Pizza rossa Mozzarella Insalata mista verde e carote Grissini Frutta di stagione	Fusilli integrali al pomodoro Farinata di ceci e patate Pomodori e olive (1) Pane TARTARUGA Frutta di stagione	Riso al pomodoro <u>Pesce gratinato al forno (non semilavorati prefritti)</u> Carote julienne Pane Melone	
III°	Pasta integrale al pesto Burger piselli e patate Insalata mista verde e carote Pane Budino creme caramel	Fusilli al pomodoro Primo sale Insalata di pomodori Pane TARTARUGA Frutta di stagione	Riso allo zafferano Uovo sodo Tris di verdure (patate, carote, piselli) Pane integrale Frutta di stagione	
IV°	Spaghetti pomodoro e melanzane Grana Fagiolini all'olio Pane Yogurt alla frutta	Pasta al pesto di zucchine Bocconcini di nasello Carote julienne Grissini Frutta di stagione	Vellutata di verdure con orzo Straccetti di pollo dorati (uovo e pan grattato) Patate al forno Frutta di stagione	

Nella somministrazione si consiglia di invertire l'ordine delle portate per favorire il consumo di verdura e secondo piatto, partendo col servire il secondo e il contorno e solo dopo il primo piatto. Per il secondo a base di legumi si consiglia di proporlo anche come piatto unico asciutto (es. pasta e lenticchie, farro e ceci, riso e fagioli) in quanto rappresenta un'opportunità sia dal punto di vista nutrizionale che educativo per abituare i bambini al concetto che taluni piatti non necessitano di essere accostati ad altri alimenti proteici nell'arco dello stesso pasto essendo di per sé già nutrizionalmente "completi".

Si consiglia in anticipo il consumo della frutta del fine pasto nello spuntino di metà mattina.

Variazioni apportate ASL TO 3



FANEDS FAVORENO

26/08/25

IL DIRETTORE
S.C. SERVIZIO IGIENE ALIMENTARE E NUTRIZIONE
Dr. FILIPPO DE NARO PAPA