

“LA BANDA DEI BIRICCHINI” SOCIETA’ COOPERATIVA SOCIALE
VIA FRANCESCO PEPE, SN - 89021 CINQUEFRONDI (RC)

Prot. 1046 SIAN PALMI del 27.09.2022

MENU’ – QUADRISETTIMANALE A.S. 2022/23

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
PRIMA SETTIMANA	Pasta con zucchine Scaloppine di vitello agli agrumi Contorno: Patate lesse //////////////////////////////////// Frutta fresca di stagione	Pasta con legumi: Fagioli Prosciutto cotto Contorno: Verdure cotte Panino Frutta fresca di stagione	Riso al pomodoro (al forno) Frittata al forno Contorno: Insalata verde Panino Frutta fresca di stagione	Pasta con vellutata di verdure Pollo al forno Contorno: Patate al forno //////////////////////////////////// Frutta fresca di stagione	Pasta con sugo di pesce Filetto di merluzzo impanato Contorno: Carote Panino Frutta fresca di stagione
SECONA SETTIMANA	Pasta con piselli e prosciutto Spezzatino di tacchino Contorno: Carote Panino Frutta fresca di stagione	Pasta o Riso con minestrone Omelette (con prosciutto cotto e formaggio) Contorno: Insalata mista Panino Frutta fresca di stagione	Pasta con ragù alla bolognese (con vitello macinato) Cotoletta di vitello al forno Contorno: Patate al forno //////////////////////////////////// Frutta fresca di stagione	Pasta con legumi: lenticchie Formaggio fresco Contorno: Pomodori Panino Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Prosciutto cotto Contorno: Verdure grigliate Panino Frutta fresca di stagione
TERZA SETTIMANA	Pasta con Vellutata di radicchio Cotoletta di pollo (al forno) Contorno: Verdure gratinate al forno Panino Frutta fresca di stagione	Pasta con pesto (senza aglio) Arrostito di vitello al forno Contorno: Patate lesse //////////////////////////////////// Frutta fresca di stagione	Pasta con legumi: Ceci Prosciutto cotto Contorno: Insalata verde Panino Frutta fresca di stagione	Lasagne al forno Frittata al forno Contorno: Carote Panino Frutta fresca di stagione	Pasta all’ortolana Involtino di sogliola al forno Contorno: Zucchine trifolate Panino Frutta fresca di stagione
QUARTA SETTIMANA	Pasta con minestrone Frittata di patate al forno Contorno: Insalata //////////////////////////////////// Frutta fresca di stagione	Riso con Piselli Cotoletta di pollo al forno Contorno: Pomodori Panino Frutta fresca di stagione	Pasta con pomodorini e formaggio (tipo Philadelphia) Vitello ai ferri Contorno: Carote Panino Frutta fresca di stagione	Pasta alla carbonara (con uovo e cubetti di prosciutto cotto) Prosciutto cotto Contorno: Verdure grigliate al forno Panino Frutta fresca di stagione	Pasta al Pomodoro Formaggio fresco Contorno: Insalata mista Panino Frutta fresca di stagione

- Si consiglia una volta ogni 15 giorni sostituire il pranzo con una normale pizza preparata con pomodoro, mozzarella e aromi (se graditi), olio d’oliva in crudo da aggiungere dopo la cottura