

# MENÙ PRIMAVERA-ESTATE COMUNE DI MONOPOLI - PRANZO

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
<b>SETTIMANA 1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta integrale con fagiolini al pomodoro *1*7</li> <li>• Omelette al pomodoro ( APRILE, MAGGIO : Omelette agli asparagi ) *3*7</li> <li>• Melanzane gratinate ( APRILE : Finocchi gratinati ) *1</li> <li>• Pane di tipo 0 *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta e piselli *1 ( LUGLIO, AGOSTO E SETTEMBRE : Pasta e piselli secchi )</li> <li>• Ricotta di vacca *7</li> <li>• Insalate</li> <li>• Pane integrale *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta con zucchini ( APRILE, MAGGIO : Pasta con broccoli ) *1*7</li> <li>• Stracetti di tacchino in umido</li> <li>• Bieta in padella ( APRILE : Cicoria in padella )</li> <li>• Pane di tipo 0 *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Insalata d'orzo ( APRILE, MAGGIO : Orzotto agli asparagi ) *1*7</li> <li>• Insalata di indivia</li> <li>• Pane integrale *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta al pomodoro *1*7</li> <li>• Nasello in padella *4</li> <li>• Peperoni gratinati *1( APRILE, MAGGIO : Fagiolini lessi )</li> <li>• Pane di tipo 0 *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>
<b>SETTIMANA 2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta integrale al pesto di basilico *1*7*8 ( APRILE, MAGGIO : Pasta integrale e rucola al pomodoro *1*7- AGOSTO, SETTEMBRE : Pasta integrale al pesto di zucchini ) *1*7*8</li> <li>• Frittata al forno *3*7</li> <li>• Fagiolini al vapore</li> <li>• Pane di tipo 0 *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Orzo con crema di ceci *1</li> <li>• Primosale *7</li> <li>• Insalata di lattuga batavia</li> <li>• Pane integrale *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta con crema di carciofi ( LUGLIO, AGOSTO E SETTEMBRE : Pasta con crema di peperoni ) *1*7</li> <li>• Boccconcini di vitello al forno *1</li> <li>• Melanzane grigliate ( APRILE: Finocchi gratinati *1)</li> <li>• Pane di tipo 0 *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta al forno *1*7</li> <li>• Insalata di pomodori ( APRILE, MAGGIO : Insalata di lattuga )</li> <li>• Pane integrale *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta con melanzane ( APRILE : Pasta con broccoli ) *1*7</li> <li>• Orata al vapore *4</li> <li>• Bieta al vapore ( APRILE : Cavolfiori lessi )</li> <li>• Pane di tipo 0 *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>
<b>SETTIMANA 3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta integrale e zucchini ( APRILE : Pasta integrale con crema di spinaci a MAGGIO: Pasta integrale e melanzane ) *1*7</li> <li>• Schiacciata di fiori di zucca ( APRILE, MAGGIO : Schiacciata con cuore di carciofo ) *1*3*7</li> <li>• Fagiolini al pomodoro</li> <li>• Pane di tipo 0 *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Farro e piselli *1 ( LUGLIO, AGOSTO E SETTEMBRE : Farro e piselli secchi )</li> <li>• Giuncata *7</li> <li>• Insalata di lollo</li> <li>• Pane integrale *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta con fagiolini al pomodoro *1*7</li> <li>• Prosciutto cotto</li> <li>• Peperoni arrostiti ( APRILE, MAGGIO : Broccoli gratinati *1 )</li> <li>• Pane di tipo 0 *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lasagne al forno *1*3*7</li> <li>• Insalate</li> <li>• Pane integrale *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta al pomodoro *1*7</li> <li>• Platessa gratinata *1*4</li> <li>• Melanzane a tocchetti ( APRILE: Finocchi o fagiolini gratinati *1)</li> <li>• Pane di tipo 0 *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>
<b>SETTIMANA 4</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta integrale agli asparagi ( LUGLIO, AGOSTO E SETTEMBRE: Pasta integrale con crema di peperoni ) *1*7</li> <li>• Omelette alle erbe *3*7</li> <li>• Bieta al pomodoro ( APRILE : Cavolfiori lessi )</li> <li>• Pane di tipo 0 *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Farro e lenticchie *1</li> <li>• Primosale *7</li> <li>• Insalata di pomodori ( APRILE, MAGGIO : Insalata di lattuga )</li> <li>• Pane integrale *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta al pomodoro *1*7</li> <li>• Hamburger di vitello al pomodoro</li> <li>• Fagiolini al vapore</li> <li>• Pane di tipo 0 *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta al forno con melanzane ( APRILE :Pasta al forno ) *1*7</li> <li>• Insalate</li> <li>• Pane integrale *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta al pesto di basilico *1*7*8 ( APRILE, MAGGIO : Pasta e rucola al pomodoro *1*7 - AGOSTO, SETTEMBRE : Pasta al pesto di zucchini ) *1*7*8</li> <li>• Orata in padella *4</li> <li>• Melanzane grigliate ( APRILE : Finocchi o fagiolini gratinati *1 )</li> <li>• Pane di tipo 0 *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>

**ALLERGENI PRESENTI: \*1. Glutine- \*3. Uova e prodotti a base di uova- \*4. Pesce e prodotti a base di pesce- \*7 Latte e prodotti a base di latte - \*8 Frutta a guscio**

Elaborato da:

# MENÙ AUTUNNO/INVERNO COMUNE DI MONOPOLI - PRANZO

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENEDÌ
SETTIMANA 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta integrale al cavolfiore *1 *7</li> <li>• Frittata al forno *3 *7</li> <li>• Finocchi gratinati *1</li> <li>• Pane di tipo 0 *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta con crema di ceci *1</li> <li>• Ricotta di vacca *7</li> <li>• Insalata</li> <li>• Pane integrale *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Orzo con minestrone *1 *7</li> <li>• Petto di pollo alla piastra</li> <li>• Spinaci saltati (GENNAIO, NOVEMBRE, DICEMBRE : vellutata di cime di rape )</li> <li>• Pane di tipo 0 *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lasagna bianca al forno *1 *3 *7</li> <li>• Insalata</li> <li>• Pane integrale *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta al pomodoro *1 *7</li> <li>• Filetto di merluzzo panato al forno *1 *4</li> <li>• Cavolfiore al vapore</li> <li>• Pane di tipo 0 *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>
SETTIMANA 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta al pomodoro *1 *7</li> <li>• Tortino di verdure miste *1 *3 *7</li> <li>• Zucca a tocchetti ( MARZO : Fagiolini all'olio )</li> <li>• Pane di tipo 0 *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Farro e lenticchie *1</li> <li>• Primosale *7</li> <li>• Insalata</li> <li>• Pane integrale *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta integrale con cavolfiore croccante *1 *7</li> <li>• Polpette di vitello in brodo *1 *3 *7</li> <li>• Finocchi lessi</li> <li>• Pane di tipo 0 *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pizza di patate *1 *3 *7</li> <li>• Insalata</li> <li>• Pane integrale *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pastina in brodo vegetale *1 *7</li> <li>• Orata alla mugnaia *1 *4</li> <li>• Broccoli lessi</li> <li>• Pane di tipo 0 *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>
SETTIMANA 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta integrale con verza *1 *7</li> <li>• Ormelette alle erbe *3 *7</li> <li>• Vellutata di verdure miste *7</li> <li>• Pane di tipo 0 *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Farro e ceci *1</li> <li>• Giuncata *7</li> <li>• Insalata</li> <li>• Pane integrale *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta al pomodoro *1 *7</li> <li>• Arrosto di tacchino</li> <li>• Zucca gratinata *1 ( MARZO : Carote all'olio )</li> <li>• Pane di tipo 0 *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta bianca al forno *1 *7</li> <li>• Insalata</li> <li>• Pane integrale *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta con crema di carote *1 *7</li> <li>• Sogliola gratinata *1 *4</li> <li>• Cavolfiore al vapore</li> <li>• Pane di tipo 0 *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>
SETTIMANA 4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta al pomodoro *1 *7</li> <li>• Schiacciata di verdure miste *1 *3 *7</li> <li>• Broccoli lessi</li> <li>• Pane di tipo 0 *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta e fagioli *1</li> <li>• Primosale *7</li> <li>• Insalata</li> <li>• Pane integrale *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta integrale con crema di spinaci *1 *7 ( GENNAIO, NOVEMBRE, DICEMBRE : Pasta integrale con crema di carote )</li> <li>• Hamburger di vitello al forno</li> <li>• Finocchi gratinati *1</li> <li>• Pane di tipo 0 *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lasagna con zucca *1 *3 *7 (MARZO : lasagne con crema di cardoffi )</li> <li>• Insalata</li> <li>• Pane integrale *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Orzotto allo zafferano *1 *7</li> <li>• Orata al forno *4</li> <li>• Carote al vapore</li> <li>• Pane di tipo 0 *1</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>

**ALLERGENI PRESENTI: \*1. Glutine- \*3. Uova e prodotti a base di uova- \*4. Pesce e prodotti a base di pesce- \*7 Latte e prodotti a base di latte**

- Tra le insalate con verdure in foglia è possibile prevedere sostituzioni tra: indivia, lattuga, lollo, radicchio, scarola, rucola secondo stagionalità allegata.
- Le verdure presenti nei primi piatti e nei contorni possono essere sostituite con altre tipologie, tenendo conto della stagionalità dei CAMI allegata.