



**MENU' PRIMARIA - AUTUNNO - Dieta no carne  
ANNO SCOLASTICO 2025-2026**

<b>dal 08/09 al 28/11</b>	<b>1^ SETTIMANA</b>	<b>2^ SETTIMANA</b>	<b>3^ SETTIMANA</b>	<b>4^ SETTIMANA</b>
<b>LUNEDÌ</b>	<b>08/09 - 06/10 - 03/11</b>	<b>15/09 - 13/10 - 10/11</b>	<b>22/09 - 20/10 - 17/11</b>	<b>01/09 - 29/09 - 27/10 - 24/11</b>
Merenda metà mattina	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
Pranzo	Pasta con spinaci e besciamella* Ceci all'olio Pomodori affettati Pane	Pasta integrale al pomodoro e basilico Uova strapazzate Carote cotte all'olio extr. Oliva* Pane	Passato di verdure e legumi con farro* Rotolo di frittata Zucchine trifolate Pane	Passato di legumi con pastina Formaggio stagionato Pomodori affettati Pane
Merenda ove prevista	frutta mista di stagione	Yogurt alla frutta	frutta mista di stagione	Yogurt alla frutta
<b>MARTEDÌ</b>	<b>09/09 - 07/10 - 04/11</b>	<b>16/09 - 14/10 - 11/11</b>	<b>23/09 - 21/10 - 18/11</b>	<b>02/09 - 30/09 - 28/10 - 25/11</b>
Merenda metà mattina	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
Pranzo	Pasta al sugo di pesce* Filetto di halibut dorato al forno* Zucchine all'olio extr. oliva e limone* Pane	Vellutata di zucca con riso Filetto di merluzzo gratinato* Pomodori affettati Pane	Pasta al pesto Formaggio spalmabile Spinaci all'olio* Pane	Pastina in brodo vegetale Uova strapazzate Zucchine trifolate* Pane
Merenda ove prevista	Mousse di frutta	frutta mista di stagione	Pane e marmellata	frutta mista di stagione
<b>MERCOLEDÌ</b>	<b>10/09 - 08/10 - 05/11</b>	<b>17/09 - 15/10 - 12/11</b>	<b>24/09 - 22/10 - 19/11</b>	<b>03/09 - 01/10 - 29/10 - 26/11</b>
Merenda metà mattina	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
Pranzo	Pasta alla parmigiana Pesce al limone* Carote cotte all'olio* Pane	Pasta integrale al pomodoro e basilico Formaggio spalmabile Spinaci all'olio e limone* Pane	Passato di fagioli con pastina Filetto di pesce alla mediterranea* Pomodori / Finocchi julienne Pane	Pasta integrale alla parmigiana Filetto di merluzzo con pomodoro fresco e patate* Finocchi crudi all'olio tritati Pane
Merenda ove prevista	yogurt alla frutta	torta casalinga	frutta mista di stagione	Mousse di frutta
<b>GIOVEDÌ</b>	<b>11/09 - 09/10 - 06/11</b>	<b>18/09 - 16/10 - 13/11</b>	<b>25/09 - 23/10 - 20/11</b>	<b>04/09 - 02/10 - 30/10 - 27/11</b>
Merenda metà mattina	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
Pranzo	Minestrone di verdure e legumi con riso* Stracchino Patate arrosto Pane	1/2 pizza margherita + 1/2 minestrone di verdure con pastina* + 1/2 ricotta Purè di patate Pane	Pasta al pomodoro Nuggets di merluzzo dorati* Pomodori affettati Pane	Strozzapreti al pomodoro rustico Formaggio spalmabile Verdure miste cotte* Pane
Merenda ove prevista	Frutta fresca	Frutta fresca	Mousse di frutta	Frutta fresca
<b>VENERDÌ</b>	<b>12/09 - 10/10 - 07/11</b>	<b>19/09 - 17/10 - 14/11</b>	<b>26/09 - 24/10 - 21/11</b>	<b>05/09 - 03/10 - 31/10 - 28/11</b>
Merenda metà mattina	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
Pranzo	Pasta al pesto verde Pepite di filetto di merluzzo* Finocchi julienne (crudi) tritati Pane	Pasta al pomodoro Frittata alle verdure* Finocchi julienne (crudi) tritati Pane	Pasta ai formaggi Mozzarella Fagiolini all'olio extr. Oliva* Pane	Risotto alla zucca Filetto di platessa gratinato* Carote trifolate* Pane
Merenda ove prevista	Frutta fresca	Mousse di frutta	yogurt alla frutta	Pane e marmellata