

**SERVIZIO DI REFEZIONE SCOLASTICA - CONVITTO NAZIONALE "R. CORSO"**  
**MENU' VEGANO PRIMAVERA - ESTATE 2024-2025**  
**Primaria e Primo grado**

	1^ SETTIMANA	2^ SETTIMANA	3^ SETTIMANA	4^ SETTIMANA	5^ SETTIMANA
LUNEDÌ	16/09/2024 - 21/10/2024	23/09/2024 - 28/10/2024	30-set	07-ott	14-ott
Pranzo	Penne al pomodoro 1-9 cannellini all'olio Insalata verde a foglia Pane 1	farfalle all'olio 1 polpette di legumi 1  Pane 1	Penne allo zafferano e zucchine 1 farinata di ceci Piselli e carote all'olio Pane 1	pasta burro veg e salvia 1 ceci al rosmarino verdura cruda/cotta Pane 1	timballo di pasta con besciamella veg. 1 polpettone di legumi verdura cotta/cruda Pane 1
merenda	Frutta di stagione Frutta di stagione	Frutta di stagione Frutta di stagione	Frutta di stagione Frutta di stagione	Frutta di stagione latte veg. e biscotti	Frutta di stagione gelato
<b>MARTEDÌ</b>					
Pranzo	vellutata di verdure e legumi con crostini 1 insalata di fagioli agli aromi Pane 1	risotto allo zafferano tortino di verdure e cannellini 1 insalata verde Pane integrale 1	passato di verdure con pasta 1-9 crochette di legumi carote all'olio Pane 1	Passato di verdura con riso zimino di legumi 9 Carote all'olio Pane 1	vellutata di cannellini con riso  ricotta veg Pane 1
merenda	Frutta di stagione Budino vegano	Frutta di stagione yogurt vegano e cereali 1	Frutta di stagione focaccia 1	Frutta di stagione pane e barretta al cioccolato 1	Frutta di stagione Frutta di stagione
<b>MERCOLEDÌ</b>					
Pranzo	Lasagna semplice (piatto unico) 1 Insalata di pomodori Pane 1	passato di legumi con pasta 1-9 polpettine di lenticchie/carote julienne 1-7 pane 1	fusilli integrali al pesto 1-5 farinata di ceci zucchine saltate Pane 1	Caserecce con ricotta veg e zucchine 1 mozzarella 7 pomodorini all'olio Pane 1	spaghetti con pomodorini tortino di legumi e verdure verdura cotta/cruda Pane 1
merenda	Frutta di stagione Frutta di stagione	Frutta di stagione latte e biscotti 1	Frutta di stagione gelato	Frutta di stagione Frutta di stagione	Frutta di stagione the biscotti salati/grissini 1
<b>GIOVEDÌ</b>					
Pranzo	penne olio e parmigiano 1- 7 lenticchie al pomodoro 9 Patate arrosto Pane 1	doppio contorno pizza con verdure 1	Pasta all'olio 1 tortino di patate 1 Insalata verde pane 1	insalata di pasta più legumi 1 -9 ceci al rosmarino Carote julienne/insala mista Pane 1	crema di verdure con crostini 1- 9  poplette di verdure verdura cotta/cruda 1 Pane 1
merenda	Frutta di stagione pane e marmellata	Frutta di stagione frutta di stagione	Frutta di stagione yogurt vegano e frutta	Frutta di stagione pane e olio 1	Frutta di stagione yogurt vegano con cereali 1
<b>VENERDÌ</b>					
Pranzo	riso al cucchiaino con verdure 9 zimino di cannellini carote all'olio Pane 1	gnocchetti sardi al pomodoro 1 legumi agli aromi 9 verdura cotta/cruda Pane 1	Riso al cucchiaino con crema di zucchine 9 purea di ceci e lenticchie 9 Macedonia di verdure Pane 1	Gnocchetti sardi al pomodoro 1  zimino di legumi 9 pane 1	Pennette al pesto 1 philadelphia vegana insalata verde Pane 1
merenda	Frutta di stagione crackers e succo di frutta 1	Frutta di stagione pane e olio 1	Frutta di stagione Frutta di stagione	Frutta di stagione Frutta di stagione	Frutta di stagione Frutta di stagione