

**SERVIZIO DI REFEZIONE SCOLASTICA - CONVITTO NAZIONALE "R.CORSO" MENU' VEGANO AUTUNNO - INVERNO ANNO SCOLASTICO 2024-2025
SCUOLA PRIMARIA E PRIMO GRADO**

	1ª SETTIMANA	2ª SETTIMANA	3ª SETTIMANA	4ª SETTIMANA	5ª SETTIMANA	6ª SETTIMANA	7ª SETTIMANA	8ª SETTIMANA
LUNEDÌ	04/11/2024 - 07/01/2025 - 03/03/2025	11/11/2024 - 13/01/2025 - 10/03/2025	18/11/2024 - 20/01/2025 - 17/03/2025	25/11/2024 - 27/01/2025 - 24/03/2025	02/12/2024 - 03/02/2025 - 31/03/2025	09/12/2024 - 10/02/2025 - 07/04/2025	16/12/2024 - 17/02/2025 - 14/04/2025	07/12/2024 - 24/02/2025
Pranzo	Risotto allo zafferano cannellini in umido 9 verdura cruda o cotta Pane 1	pasta e besciamella vegana e piselli 1 hummus - verdura cruda e cotta Pane 1	minestrone di legumi e verdura con crostini 1-9 mozzarella vegana verdura cruda o cotta Pane 1	crema di lenticchie con pasta 1-9 lenticchie al pomodoro 9 verdura cruda/cotta Pane 1	risotto con zucca tortino di legumi e verdure 1 insalata verde Pane 1	pasta al pomodoro 1 - 9 ceci al rosmarino insalata verde Pane 1	pizza 1 verdura cotta/cruda	pasta con olio lenticchie in umido 9 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	Frutta di stagione
MARTEDÌ								
Pranzo	minestrina di legumi 1-9 tortino di patate al forno - verdura cruda o cotta Pane 1	minestrina leggera pizza 1 verdura cruda	pasta al pomodoro 1 lenticchie in umido 9 Macedonia di verdure Pane 1	pasta alla marinara 1-14 farinata di ceci Carote all'olio Pane 1	crema di verdura con pasta 1-9 stracchino vegano verdura cotta/cruda Pane 1	minestrone di legumi e verdura con orzo 1-9 cotoletta di cavolfiore e cannellini 1 verdura cotta/cruda Pane 1	vellutata di verdure con crostini 1 polpettone di verdure e ceci 1 insalata verde Pane 1	cappelletti in brodo 1 formaggio spalmabile vegano insalata verde Pane 1
merenda	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
MERCOLEDÌ								
Pranzo	pasta aurora 1 sformato di legumi 1 verdura cruda o cotta Pane	crema di zucca con riso hummus di legumi 9 - verdura cruda o cotta	zuppa di legumi 9 tortino di patate 1 verdura cruda o cotta Pane 1	tortelli alle erbe 1 hummus di cannellini panati 1 verdura cotta Pane 1	gnocchetti sorrentina 1-7 muffin con verdure 1 cavolfiore gratinato 1 Pane 1	pasta e piselli 1 tortino di patate 1 carote julienne Pane 1	lasagna semplice 1-9 spinaci saltati Pane 1	zuppa di legumi con pastina 1-9 ceci al rosmarino bieta all'olio Pane 1
merenda	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
GIOVEDÌ								
Pranzo	cappelletti in brodo di vegetale 1-9 ceci al rosmarino insalata verde Pane	pasta e olio 1 polpettone di verdure e cannellini al pomodoro 1 verdura cotta Pane 1	pasta al ragù vegetale 1-9 doppio contorno Pane integrale 1	vellutata di cannellini e porro con crostini 1 polpette di zucca e ceci 1 Carote julienne/insala mista Pane 1	crema di zucca con orzo 1 legumi misti al pomodoro 9 julienne di carote Pane 1	riso con lenticchie 9 zuppa di cannellini e verdure julienne di carote Pane 1	gnocchetti con besciamella vegana 1 formaggio spalmabile vegano piselli al sugo Pane 1	pasta matriciana con tofu 1 - 6 hummus 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	Frutta di stagione
VENERDÌ								
Pranzo	pasta e olio 1 muffin di verdure e legumi al forno 1 verdura cruda o cotta Pane	crema di fagioli con orzo (brodosa) 1 crocchette di verdure 1 verdura cotta/cruda Pane 1	pasta e olio 1 hamburger di verdure 1 Insalata verde Pane 1	pasta al pomodoro 1 - 9 formaggio vegano verdura cotta	pasta e piselli 1 zimino di ceci e bieta insalata verde Pane 1	brodo veg con pasta 1-9 muffin di verdure e broccoli insalata verde Pane 1	pasta e patate in brodo 1 hummus verdura cotta/cruda Pane 1	risotto con lenticchie 9 crescenza vegana 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	Frutta di stagione
	crackers 1 + frutta	pane e barretta al cioccolato 1	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	crackers 1	Frutta di stagione	budino di soia 6