



**COMUNE DI CAPONAGO**  
**Scuola Primaria e Secondaria**  
**MENÙ INVERNALE A.S.2022/2023**

	<b>I settimana</b>	<b>II settimana</b>	<b>III settimana</b>	<b>IV settimana</b>	<b>V settimana</b>	<b>VI settimana</b>
<b>Lunedì</b>	Penne integrali all'ortolana invernale Formaggio Asiago Spinaci gratinati Pane integrale Frutta	Pizza margherita Carote julienne Pane Frutta	Gnocchi in salsa aurora Primo sale Insalata mista frutta Pane	Riso all'olio Farinata di ceci Fagiolini Pane Frutta	Gnocchetto sardi al ragù di tacchino Tris di verdure al vapore Pane Frutta	Pasta al pesto Primo sale Cavolfiore all'olio Pane Frutta
<b>Martedì</b>	Maccheroni alla parmigiana Polpette di lenticchie Biete all'olio Pane Frutta	Passato di verdura con farro Filetto di limanda olio e limone Broccoli gratinati Pane Frutta	Farfalle burro e parmigiano Merluzzo alla marinara Carote all'olio Pane Frutta	Tagliatelle al pesto di noci Filetto di platessa olio e limone Spinaci all'olio Pane Frutta	Penne integrali al pomodoro Fettuccine di totano al forno Fagiolini Pane Frutta	Risotto con zucca Frittata Biete all'olio Pane Frutta
<b>Mercoledì</b>	Spaghetti con crema di broccoli Filetto di platessa gratinato Fagiolini all'olio Pane Frutta	Riso con la zucca Sovraccoscia di pollo al forno Finocchi in insalata Pane Frutta	Penne integrali al pomodoro Polpette di legumi Fagiolini all'olio Frutta Pane	Conchiglioni al ragù bianco Frittata di verdure Broccoli gratinati Pane Frutta	Pizza margherita Finocchi al forno Pane Frutta	Pastina in brodo vegetale Filetto di merluzzo panato Purea di patate Pane Frutta
<b>Giovedì</b>	Riso al pomodoro Frittata alle erbe Insalata di finocchi e radicchio Pane Frutta	Fusilli integrali al ragù di verdure Hamburger di ceci Spinaci all'olio Pane integrale Frutta	Passato di verdure con farro Cotoletta di lonza al forno Bieta all'olio Pane Frutta	Polenta Spezzatino al pomodoro Patate al forno Pane integrale Frutta	Passato di verdura con orzo Hamburger di fagioli Bieta all'olio Pane Torta di zucca e mele	Fusilli integrali all'ortolana invernale Farinata di ceci Insalata mista Pane Frutta
<b>Venerdì</b>	Cous cous al pesto Cotoletta di tacchino al forno Carote all'olio Pane Frutta	Minestra di verdure con orzo Frittata Patate all'olio Pane Frutta	Zuppa di farro Pollo al curry Cavolfiore all'olio Pane Frutta	Riso all'olio Tortino di legumi Finocchi in insalata Pane <sup>1 6 11</sup> Frutta	Risotto allo zafferano Ricotta Cavolfiori all'olio Pane Frutta	Spaghetti con crema di broccoli Sovraccoscia di pollo al forno Patate all'olio Pane Frutta