

Menù Invernale Istituto Spagnolo Cervantes  
Validità da gennaio 2025 a marzo 2025

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<b>Sett.1</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>13/17 gennaio 2025</li> <li>Dal 10/14 febbraio 2025</li> <li>Dal 3/7 marzo 2025</li> </ul>	<b>Passato di verdure</b> Patate, carote zucchine Cavolfiore, Bieta	<b>Pasta al Pomodoro e Basilico</b> Pasta, Passata di Pomodoro e basilico, <b>Sedano</b> Carote e Cipolla	<b>Riso con Fagioli</b> Riso, Fagioli, <b>Sedano</b> Carote e Cipolla	<b>Pasta al Ragù</b> Pasta, Passata di pomodori, bovino vitellone, <b>sedano</b> carote e cipolla	<b>Pasta Burro e Parmigiano</b> Pasta Burro e Parmigiano
	<b>Arrosto al forno</b> Suino, <b>sedano</b> carote e cipolla	<b>Crocchette di pesce</b> Prodotto preparato all'origine	<b>Uova strapazzate</b> Uova, latte, parmigiano	<b>Straccetti di pollo panati</b> Pollo, pangrattato	<b>Bastoncini di merluzzo*</b> Prodotto preparato all'origine
	<b>Bieta* all'olio</b>	<b>Fagiolini* al vapore</b>	<b>Patate al forno</b>	<b>Cavolfiore</b>	<b>Pure di patate</b>
	<b>Frutta fresca di stagione e pane</b>	<b>Frutta fresca di stagione e pane</b>	<b>Frutta fresca di stagione e pane</b>	<b>Yogurt alla frutta</b>	<b>Frutta fresca di stagione e pane</b>
<b>Sett. 2</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>20/24 gennaio 2025</li> <li>Dal 17/21 febbraio 2025</li> <li>Dal 10/14 marzo 2025</li> </ul>	<b>Pasta al pesto</b> Pasta, pesto di basilico e mandorle	<b>Passato di verdure con pastina</b> Patate, Carote, Zucchine, Cavolfiore, Bieta	<b>Lasagna</b> Passata di Pomodori , o, pasta <b>all'uovo</b> fresca, <b>mozzarella</b> , <b>Sedano</b> Carote e Cipolla, Grana.	<b>Risotto al Pomodoro</b> Riso, passata di pomodori , <b>Sedano</b> Carote e Cipolla, Grana.	<b>Pasta al Tonno</b> Pasta, Tonno in scatola
	<b>Uova al pomodoro</b> Uova, pomodoro	<b>Cotolette di pollo</b> Prodotto preparato all'origine	<b>Polpettone di manzo</b> Carne di bovino/suino, <b>uovo</b> , pangrattato <b>grana</b>	<b>Cosce di pollo arrosto</b>	<b>Polpettine di merluzzo</b> Merluzzo, patate, pangrattato
	<b>Fagiolini* all'olio</b>	<b>Piselli* al tegame</b>	<b>Broccolo ripassato</b>	<b>Patate arrosto</b>	<b>Insalata verde</b>
	<b>Frutta fresca di stagione e pane</b>	<b>Frutta fresca di stagione e pane</b>	<b>Frutta fresca di stagione e pane</b>	<b>Frutta fresca di stagione e pane</b>	<b>Dolce e pane</b>

Pranzo	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<b>Sett. 3</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Dal 27/31 gennaio 2025</li> <li>Dal 24/28 febbraio 2025</li> <li>Dal 17/21 marzo 2025</li> </ul>	<b>Pasta amatriciana</b> Pasta, polpa di pomodoro, guanciale di suino, pecorino	<b>Risotto alla zucca</b> Riso, zucca	<b>Pasta e Lenticchie</b> Pasta, lenticchie, Sedano Carote e Cipolla, Grana.	<b>Tortellini in brodo</b> Tortellini Brodo vegetale	<b>Pizza Bianca</b> <b>Pizza al pomodoro</b> Farina, lievito, Pomodoro e mozzarella
	<b>Spezzatino in umido</b> Bovino o Vitellone, Passata di Pomodori, Sedano Carote e Cipolla, Grana.	<b>Bastoncini di merluzzo*</b> Prodotto preparato all'origine	<b>Polpettone</b> Carne di bovino e suino, uovo, pangrattato	<b>Uova strapazzate</b> Uova, latte, parmigiano	<b>Prosciutto cotto</b>
	<b>Spinaci* al vapore</b>	<b>Purè di patate</b>	<b>Fagiolini al limone</b>	<b>Zucca e patate</b>	<b>Broccoli verdi al limone</b>
	<b>Frutta fresca di stagione e pane</b>	<b>Frutta fresca di stagione e pane</b>	<b>Frutta fresca di stagione e pane</b>	<b>Yogurt – Pane</b>	<b>Frutta fresca di stagione e pane</b>
<b>Sett. 4</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Dal 3/7 febbraio 2025</li> <li>9/13 dicembre</li> <li>Dal 24/28 marzo 2025</li> </ul>	<b>Risotto Burro e Formaggio</b> Riso, Burro, Formaggio	<b>Pasta al Tonno</b> Pasta, Tonno in scatola	<b>Pasta al Pomodoro</b> Pasta, Passata di pomodoro, sedano, carote cipolla	<b>Pasta e Ceci</b> Pasta, Ceci Sedano Carote e Cipolla,	<b>Pasta in bianco</b>
	<b>Frittata</b> Uovo, latte, grana	<b>Formaggio fresco Primo Sale / Mozzarella</b>	<b>Polpette al rosmarino</b> Carne di bovino/suino, uovo, pangrattato, rosmarino	<b>Cotolette alla milanese</b> Pollo, Pangratto, uovo	<b>Hamburger</b> Carne di Manzo
	<b>Pisellini* al burro</b>	<b>Patate lesse</b>	<b>Finocchi Gratinati</b>	<b>Cavolfiore al limone</b>	<b>Patatine fritte (al forno)</b>
	<b>Frutta fresca di stagione e pane</b>	<b>Frutta fresca di stagione e pane</b>	<b>Dolce - Pane</b>	<b>Frutta fresca di stagione e pane</b>	<b>Frutta fresca di stagione e pane</b>

Nicole Sanesi

Biologa nutrizionista Iscritta all'albo dei Biologi n. 100487

*Nicole Sanesi*