



# COMUNE DI SARDARA

## PROVINCIA SUD SARDEGNA

Piazza Gramsci, 1 - 09030 SARDARA  
Tel. 070 93450201 - Fax. 070 9386111 - Sito istituzionale [www.comune.sardara.vs.it](http://www.comune.sardara.vs.it)  
Ufficio Servizi Sociali:  
Tel. 0709387105  
E mail [servizi.sociali@comune.sardara.vs.it](mailto:servizi.sociali@comune.sardara.vs.it)  
PEC [servizi.sociali@pec.comune.sardara.vs.it](mailto:servizi.sociali@pec.comune.sardara.vs.it)

### MENU' PRIMAVERA ESTATE

	1° settimana	2° settimana	3° settimana	4° settimana	5° settimana
Lunedì	minestrone estivo (7) petto di pollo al limone verdura e ortaggi di stagione** crudi o cotti pane (1) frutta di stagione***	pasta corta al pomodoro (1)(7) bastoncini di merluzzo (4) insalata mista pane (1) frutta di stagione	pasta corta (diversi formati) con zucchine (1)(7) polpette al forno (1)(3)(7) verdura e ortaggi di stagione crudi o cotti pane (1) frutta di stagione	minestrone estivo (7) pollo arrosto patate arrosto pane (1) frutta di stagione	riso con piselli(7) vitello ai ferri insalata verde pane (1) frutta di stagione
Martedì	pasta corta al pomodoro fresco (1)(7) platessa panata al forno (1)(4) insalata mista pane (1) frutta di stagione	minestrone estivo (7) roast beef verdure grigliate o al vapore pane (1) frutta di stagione o gelato	pasta corta al pomodoro (1) (7) mozzarella (7) insalata verde pane (1) frutta di stagione	riso alle verdure (7) bastoncini di merluzzo (4) verdura e ortaggi di stagione crudi o cotti pane (1) frutta di stagione	vellutata di zucchine bocconcini di tacchino con patate verdura e ortaggi di stagione crudi o cotti pane (1) frutta di stagione
Mercoledì	riso con zucchine (7) vitello alla pizzaiola insalata verde pane (1) frutta di stagione	riso all'olio evo (7) frittata di verdure (3)(7) verdura e ortaggi di stagione crudi o cotti pane (1) macedonia di frutta	gnocchi di patate al pomodoro (1)(3)(7) nasello olio e limone (4) verdura e ortaggi di stagione crudi o cotti pane (1) frutta di stagione	pasta corta al ragù vegetale (1)(7) fesa di tacchino ai ferri insalata verde pane (1) frutta di stagione	pasta corta al pomodoro fresco (1) (7) platessa al forno (4) insalata mista pane (1) frutta di stagione
Giovedì	pasta corta tonno naturale e olio evo (1)(4) mozzarella (7) verdura e ortaggi di stagione crudi o cotti pane (1) macedonia di frutta	pastina in brodo vegetale (1)(7)(9) cotoletta alla milanese al forno (1)(3) crocchette di patate (1)(3)(7) pane (1) frutta di stagione	riso al pomodoro (7) hamburger (1)(3)(7) insalata verde pane (1) frutta di stagione	pasta corta al pesto (1)(7) prosciutto cotto verdura e ortaggi di stagione crudi o cotti pane (1) macedonia di frutta	pizza margherita (1)(7) frittata di verdura al forno (3)(7) verdura e ortaggi di stagione crudi o cotti pane (1) frutta di stagione

Venerdì	vellutata di carote o zucchini fesa di tacchino ai ferri insalata mista pane (1) frutta di stagione	pasta corta (diversi formati) al pesto (1)(7) merluzzo al pomodoro (4) insalata mista pane (1) frutta di stagione	minestrone estivo (1)(7) straccetti di vitello in umido patate al prezzemolo pane (1) frutta di stagione	pasta corta (diversi formati) al pomodoro (1)(7) omelette (3)(7) insalata di patate al verde pane (1) frutta di stagione	pasta corta all'olio evo e parmigiano (1)(7) bastoncini di merluzzo(4) verdura e ortaggi di stagione crudi o cotti pane (1) macedonia di frutta
I numeri fra parentesi si riferiscono agli allergeni indicati nell'allegato 2 del Regolamento 1169/2011 del Parlamento europeo					

**\*Pasta di diversi formati**

\*\*fagiolini, pomodori, carote, cetrioli etc da variare frequentemente

\*\*\* melone, albicocche, pesca, fichi, anguria, banana da variare frequentemente