



# COMUNE DI SARDARA

PROVINCIA SUD SARDEGNA

Ufficio Servizi Sociali

Via Vittorio Emanuele III, 27. Tel. 0709387105

E mail servizi.sociali@comune.sardara.vs.it

PEC affarigenerali@pec.comune.sardara.vs.it

Sito istituzionale: www.comune.sardara.vs.it

## MENU' AUTUNNO - INVERNO

	1° settimana	2° settimana	3° settimana	4° settimana	5° settimana
Lunedì	Ravioli (1) (7) bastoncini di filetto di merluzzo (4) verdura e ortaggi di stagione** crudi o cotti pane (1) frutta di stagione***	pizza margherita (1)(7) prosciutto cotto insalata mista pane (1) frutta di stagione o torta	pasta corta al pesto (1)(7) fettine di maiale alla pizzaiola (3)(7) verdura e ortaggi di stagione crudi o cotti pane (1) frutta di stagione	Malloreddus alla campidanese (1) Formaggio dolce (7) insalata mista pane (1) frutta di stagione	riso alla milanese(7) uovo (sodo o al forno) (3) Insalata mista pane (1) frutta di stagione
Martedì	Minestra di patate (1) (7) uovo (sodo o al forno) (3) Insalata mista pane (1) frutta di stagione	Passato di verdure(1)(7) Spezzatino di maiale Con patate pane (1) frutta di stagione	riso alla milanese(7) formaggio(7) verdura pane (1) frutta di stagione	riso all'olio evo(7) o allo zafferano pollo verdura e ortaggi di stagione crudi o cotti pane (1) frutta di stagione	Passato di verdure(1)(7) Fettine di maiale verdura e ortaggi di stagione crudi o cotti pane (1) frutta di stagione
Mercoledì	riso con zucchine o in bianco(7) fettine di maiale alla milanese o alla pizzaiola (1)(3) insalata verde pane (1) frutta di stagione	Pasta al pomodoro(1)(7) Pollo al forno Insalata mista pane (1) frutta di stagione	Lasagne alla bolognese prosciutto Insalata verde Pane Frutta di stagione	pizza margherita (1)(7) prosciutto cotto o tachinella Insalata verde Pane Frutta di stagione o torta	Pasta pesto tonno e pomodorini colpette al sugo (1)(3) insalata mista pane (1) frutta di stagione
Giovedì	Minestrone con legumi (1) (7) Polpettone (1) (3) (7) Verdure cotte Pane (1) Frutta di stagione	riso con zucchine o in bianco(7 (7) sformato di verdure(3)(7) pane (1) frutta di stagione	minestrone di legumi(1)(7) plattessa panata al forno o in umido(4) verdura e ortaggi di stagione crudi o cotti pane (1)	Minestrone vegetale(1) (7) Polpette(1)(3)al sugo (7) verdura e ortaggi di stagione crudi o cotti pane (1) macedonia di frutta o frutta di stagione	pasta corta al sugo di pomodoro(1)(7) mozzarella (7) verdura di stagione frutta di stagione

Venerdi	pasta corta al pomodoro (1)(7) caprese(7) pane (1) frutta di stagione	pasta corta (diversi formati) alle verdure (1)(7) Tonno e pomodoro pane (1) frutta di stagione	pasta corta all'olio evo (1)(7) sformato di verdure(3)(7) Insalata mista pane (1) frutta di stagione	pasta corta (diversi formati) al pomodoro (1)(7) platessa panata al forno o in umido(4) verdura di stagione pane (1) frutta di stagione	Pasta all'olio evo(7) platessa panata al forno o in umido o polpette di pesce(3) (4) verdurai di stagione Pane (1) Frutta di stagione
Sabato	Riso allo zafferano Spezzatino di maiale Con patate Pane Frutta di stagione	Pasta gratinata Fettine di pollo alla scaloppina Insalata Pane Frutta di stagione	Ravioli di ricotta al pomodoro Salsiccia e patate arrosto Pane Frutta di stagione	Pasta al Ragù Fettina alla milanese Insalata verde Pane Frutta di stagione	pizza margherita (1)(7) prosciutto cotto insalata mista pane (1) frutta di stagione

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 almeno 3, 4 volte alla settimana.

\*\*\* melone, albicocche, pesca, fichi, anguria, banana da variare frequentemente almeno 3,4 volte alla settimana.