



COMUNE DI SARDARA

PROVINCIA SUD SARDEGNA

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

MENU' AUTUNNO INVERNO

	1° settimana	2° settimana	3° settimana	4° settimana	5° settimana
Lunedì	pasta corta* al pomodoro (1)(7) bastoncini di merluzzo (4) verdura e ortaggi di stagione crudi o cotti** pane (1) frutta di stagione***	pasta corta con la ricotta (1)(7) polpette al sugo (1)(3)(7) insalata mista pane (1) frutta di stagione	pastina in brodo vegetale (1)(9) tacchino panato al forno (1) patate, verdura e ortaggi di stagione crudi o cotti pane (1) frutta di stagione	risotto alla milanese (9) scaloppina di pollo al limone insalata verde pane (1) frutta di stagione	passato di verdure e legumi platessa panata al forno (1)(4) verdura e ortaggi di stagione crudi o cotti pane (1) frutta di stagione
Martedì	pastina in brodo di manzo (1)(9) petto di pollo in umido patate lesse e verdura di stagione crudi o cotti pane (1) frutta di stagione	pasta corta olio e parmigiano (1)(7) pollo arrosto insalata mista pane (1) frutta di stagione	riso con spinaci o con verdure di stagione (7) omelette di formaggio dolce (3)(7) verdura e ortaggi di stagione crudi o cotti pane (1) frutta di stagione	passato di legumi prosciutto cotto crocchette di patate (1)(3)(7) pane (1) frutta di stagione	pasta burro e parmigiano (1)(7) fettina di manzo ai ferri insalata mista pane (1) frutta di stagione
Mercoledì	pasta corta al ragù (1)(7)(9) formaggio dolce (7) insalata verde pane (1) macedonia di frutta	passato di verdura bocconcini di manzo in umido patate al forno pane (1) frutta di stagione	gnocchi di patate al pomodoro (1)(3)(7) bastoncini di merluzzo (4) insalata mista pane (1) frutta di stagione	pasta corta al burro e parmigiano (1)(7) uova al pomodoro (3) verdura e ortaggi di stagione crudi o cotti pane (1) frutta di stagione	riso al pomodoro (7) arista di maiale al forno verdura e ortaggi di stagione crudi o cotti pane (1) frutta di stagione
Giovedì	risotto con zucca (7) bovino in umido 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	pasta al pomodoro (1)(7) petto di pollo ai ferri verdura e ortaggi di stagione crudi o cotti pane (1) macedonia di frutta	passato di verdura spezzatino di manzo e patate pane (1) frutta di stagione	pastina in brodo di carne (1)(9) polpette al forno (1)(3)(7) patate arrosto pane (1) frutta di stagione

Venerdì	minestra di legumi platessa dorata (1)(4) insalata mista pane (1) frutta di stagione	pasta e fagioli frullata (1) nasello lesso (4) verdura e ortaggi di stagione crudi o cotti pane (1) frutta di stagione	minestra di legumi misti formaggio dolce (7) patate lesse pane (1) frutta di stagione	gnocchi di patate al pomodoro (1)(3) merluzzo olio e limone (4) insalata mista pane (1) frutta di stagione	ravioli di ricotta al pomodoro (1)(3)(7) soufflé d'uovo (3)(7) insalata verde 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

** es. carote, finocchi, cavolo, broccolo, carciofo, spinaci, etc da variare frequentemente

*** es. pera, mela, kaki, arancia, mandarino, banana, kiwi, etc da variare frequentemente