

**MENU' INVERNALE - Anno scolastico 2023/2024** (ottobre ad aprile)

**Comune di Capannoli**

**Provincia di Pisa**

**SERVIZIO RISTORAZIONE SCOLASTICA**

**Anno scolastico 2023-2024**

**SCUOLA PRIMARIA DI CAPANNOLI**

**SPECIFICHE TECNICHE**

**RELATIVE AI MENU'**

Nota: Per incentivare l'uso dei legumi in alcune giornate sono stati introdotti come secondo piatto dopo un primo contenente già proteine, anche se il legume ha di per se un valore nutrizionale adeguato. Per questo motivo in queste giornate le quantità di proteine (ad esempio ragù+ legumi) sono date dalla sommatoria di entrambi i piatti.

**MENU' INVERNALE - Anno scolastico 2023/2024** (ottobre ad aprile)

**SERVIZIO RISTORAZIONE SCOLASTICA - Comune di Capannoli**

Sett.	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1°		<ul style="list-style-type: none"><li>• Pasta al pesto</li><li>• Filetto di merluzzo dorato</li><li>• Carote lesse</li><li>• Frutta di stagione</li></ul>			
2°		<ul style="list-style-type: none"><li>• Farro al pomodoro</li><li>• Formaggio fresco</li><li>• Finocchi julienne</li><li>• Frutta di stagione</li></ul>			
3°		<ul style="list-style-type: none"><li>• Pasta al pomodoro</li><li>• Polpette di pesce</li><li>• Fagiolini</li><li>• Yogurt</li></ul>			
4°		<ul style="list-style-type: none"><li>• Pasta al ragu di carne</li><li>• Piselli e carote brasati</li><li>• Frutta di stagione</li></ul>			

Nota: Per incentivare l'uso dei legumi in alcune giornate sono stati introdotti come secondo piatto dopo un primo contenente già proteine, anche se il legume ha di per se un valore nutrizionale adeguato. Per questo motivo in queste giornate le quantità di proteine (ad esempio ragu+ legumi) sono date dalla sommatoria di entrambi i piatti.

**MENU' INVERNALE - Anno scolastico 2023/2024** (ottobre ad aprile)

Sett.	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
5°		<ul style="list-style-type: none"><li>• Riso alla zucca</li><li>• Pollo e patate</li><li>• Frutta di stagione</li></ul>			
6°		<ul style="list-style-type: none"><li>• Riso all'olio</li><li>• Formaggio fresco</li><li>• Carote julienne</li><li>• Cioccolata</li></ul>			
7°		<ul style="list-style-type: none"><li>• Pizza</li><li>• Insalata mista</li><li>• Frutta di stagione</li></ul>			
8°		<ul style="list-style-type: none"><li>• Gnocchi al pomodoro</li><li>• Frittata</li><li>• Spinaci</li><li>• Frutta fresca</li></ul>			

Nota: Per incentivare l'uso dei legumi in alcune giornate sono stati introdotti come secondo piatto dopo un primo contenente già proteine, anche se il legume ha di per se un valore nutrizionale adeguato. Per questo motivo in queste giornate le quantità di proteine (ad esempio ragù+ legumi) sono date dalla sommatoria di entrambi i piatti.

**MENU' INVERNALE - Anno scolastico 2023/2024** (ottobre ad aprile)

Nota: Per incentivare l'uso dei legumi in alcune giornate sono stati introdotti come secondo piatto dopo un primo contenente già proteine, anche se il legume ha di per se un valore nutrizionale adeguato. Per questo motivo in queste giornate le quantità di proteine (ad esempio ragù+ legumi) sono date dalla sommatoria di entrambi i piatti.