



Menu' Scolastico

2022/2023



Scarica il menù: www.comunitadellavallagarina.tn.it - Servizio Diritto allo Studio

SETTEMBRE



	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
settimana 1	<p>12</p> <p>Pasta al pomodoro Piselli trifolati Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione</p>	<p>13</p> <p>Strangolapreti all'olio e salvia Lenticchie stufate Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione</p>	<p>14</p> <p>Pasta alla crema di zucchine Polpette di miglio con verdure Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione</p>	<p>15</p> <p>Cous cous alle verdure Verdure gratinate Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione</p>	<p>16</p> <p>Pasta al pesto di verdure Burgher vegetariano Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione</p>
settimana 2	<p>19</p> <p>Pasta estiva con piselli e pomodorini Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione</p>	<p>20</p> <p>Risotto alla milanese Lenticchie in umido Verdura cotta Verdura cruda mista Frutta di stagione</p>	<p>21</p> <p>Pasta al forno con ragù di ceci e verdure Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione</p>	<p>22</p> <p>Pasta al pomodoro e basilico Fagioli olio e limone Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione</p>	<p>23</p> <p>Vellutata di zucchine Pizza alle verdure senza mozzarella --- Verdura cruda mista Frutta di stagione</p>
settimana 3	<p>26</p> <p>Pasta alla mediterranea Polpette di ceci e spinaci Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione</p>	<p>27</p> <p>Pasta all'olio Crocchette di legumi e verdure Verdura cotta Verdura cruda mista Frutta di stagione</p>	<p>28</p> <p>Pasta al pesto Ceci in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione</p>	<p>29</p> <p>Cereali misti alle verdure Fagioli in insalata Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione</p>	<p>30</p> <p>Pasta al pomodoro Piselli trifolati Verdura cotta Verdura cruda mista Frutta di stagione</p>



OTTOBRE

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
settimana 4	3 Riso all'olio Schiacciata di ceci e zucca Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	4 Pasta al pesto di verdure Involtini di verza vegani Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	5 Pastina in brodo Lenticchie trifolate Verdura cotta Verdura cruda mista Frutta di stagione	6 Pasta al pomodoro Burgher vegetariano Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	7 Crema di verdure Polpette di legumi al sugo Patate Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 5	10 Pasta al pomodoro Macedonia di verdure con piselli Verdura cotta Verdura cruda mista Frutta di stagione	11 Crema di carote Pizza margherita --- Verdura cruda Frutta di stagione	12 Pasta alla pizzaiola Polpette di ceci e spinaci Verdura cotta Verdura cruda mista Frutta di stagione	13 Pasta alla crema di spinaci Lenticchie in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	14 Risotto al pomodoro Burgher vegetariano Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 6	17 Risotto alla zucca Crocchette alle verdure Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	18 Gnocchi di patate al pomodoro Fagioli stufati Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	19 Pasta agli aromi Polpette di patate e lenticchie Verdura cotta Verdura cruda mista Frutta di stagione	20 Patate Polpette di legumi Verdura cotta Verdura cruda mista Frutta di stagione	21 Pasta con crema di broccoli Ceci stufati Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 7	24 Orzetto alle verdure Polpette di verdure e miglio Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	25 Risotto alle zucchine Piselli in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	26 Spatzle verdi olio e salvia Fagioli trifolati Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	27 Pasta al pomodoro Strudel zucchine e fagiolini Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	28 Pasta alle verdure brasate Polpette di ceci e olive Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 8	31 VACANZA				

NOVEMBRE



	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
settimana 8		VACANZA	1 Risotto agli aromi Polpette di legumi al sugo Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	2 Strangolapreti all'olio e salvia Verdure panate Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	3 Pasta al pomodoro Piselli trifolati Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 9	7 Pasta all'olio Polpette di spinaci Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	8 Pasta alle zucchine Involtini di verza vegani Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	9 Crema di verdure Schiacciata di ceci, zucca e rosmarino Patate Verdura cruda Frutta di stagione	10 Risotto alla pizzaiola Piselli in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	11 Risotto al radicchio Crocchette di legumi Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 10	14 Spatzle verdi olio e salvia Piselli trifolati Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	15 Pasta al pomodoro Crocchette di lenticchie Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	16 Riso all'olio Fagioli in insalata Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	17 Crema di patate e porri Pizza alle verdure senza mozzarella --- Verdura cruda Frutta di stagione	18 Pasta al pomodoro Burgher vegetariano Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 11	21 Pasta alla mediterranea Ceci in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	22 Cereali misti alla zucca Strudel con zucchine e pomodoro Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	23 Pasta al ragù di lenticchie Legumi Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	24 Risotto alla milanese Polpette di legumi in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	25 Pastina in brodo Strudel alle verdure Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 12	28 Pasta al pomodoro Burgher vegetariano Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	29 Polenta Legumi in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	30 Pasta alle verdure Polpette di spinaci Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione		

DICEMBRE



LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
---------	----------	------------	----------	----------

settimana 12			Risotto al pomodoro Verdure gratinate Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	1 Orzetto alla trentina Polpette di lenticchie e patate Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	2	
settimana 13	Pastina in brodo Fagioli olio e limone Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	5 Gnocchi di patate al pomodoro Fagiolini stufati Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	6 Risotto alla zucca Polpette di ceci e olive Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	7 VACANZA	8 Farro al pesto di verdure Strudel verdure e fagiolini Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	9
settimana 14	Pasta all'olio Burgher vegetariano Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	12 Pasta zucchine e zafferano Legumi misti alla pizzaiola Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	13 Crema di verdure Pizza alle verdure senza mozzarella --- Verdura cruda Frutta di stagione	14 Tre cereali al pomodoro Lenticchie in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	15 Riso in bianco con polpette di legumi al sugo Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	16
settimana 15	Risotto al pomodoro Involtoni di verza vegani Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	19 Patate Fagioli borlotti in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	20 Pasta e fagioli Verdure panate Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	21 Pasta ai piselli Fagiolini Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	22 VACANZA	23

GENNAIO



	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
settimana 16	<p>9</p> <p>Pasta all'olio Ceci in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione</p>	<p>10</p> <p>Crema di zucca Pizza alle verdure senza mozzarella --- Verdura cruda Frutta di stagione</p>	<p>11</p> <p>Polenta Polpette di legumi al sugo Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione</p>	<p>12</p> <p>Pasta al pomodoro Schiacciata di legumi, patate e zucchine Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione</p>	<p>13</p> <p>Risotto agli aromi Polpette di patate e lenticchie Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione</p>
settimana 17	<p>16</p> <p>Pasta al pomodoro Legumi Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione</p>	<p>17</p> <p>Pasta all'olio Macedonia di verdure al forno Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione</p>	<p>18</p> <p>Risotto al radicchio Polpette di legumi alla pizzaiola Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione</p>	<p>19</p> <p>Spatzle olio e salvia Lenticchie stufate Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione</p>	<p>20</p> <p>Pasta al pomodoro Piselli in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione</p>
settimana 18	<p>23</p> <p>Pasta alla pizzaiola Burgher vegetariano Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione</p>	<p>24</p> <p>Patate Strudel con fagiolini e verdure Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione</p>	<p>25</p> <p>Strangolapreti con olio e salvia Fagioli olio e limone Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione</p>	<p>26</p> <p>Pastina in brodo Polpette di ceci e olive Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione</p>	<p>27</p> <p>Pasta con crema di broccoli Crocchette di legumi e verdure Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione</p>
settimana 19	<p>30</p> <p>Pasta alla crema di zucca Involtini di verza vegani Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione</p>	<p>31</p> <p>Tre cereali alle verdure Lenticchie in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione</p>			

FEBBRAIO



	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
settimana 19			1 Passato di verdure Schiacciata di legumi, patate e verdure Patate al forno Verdura cruda Frutta di stagione	2 Pasta al pomodoro Burgher vegetariano Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	3 Polenta Polpette di legumi al sugo Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 20	6 Crema di carote e patate Pizza alle verdure senza mozzarella --- Verdura cruda Frutta di stagione	7 Riso all'olio Crocchette di legumi Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	8 Pasta al pomodoro Burgher vegetariano Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	9 Pasta al pesto di verdure Piselli trifolati Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	10 Pasta al pomodoro Legumi in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 21	13 Risotto alla zucca Verdure gratinate Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	14 Spatzle all'olio Lenticchie stufate Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	15 Patate Polpettone di legumi in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	16 Pasta al pomodoro Polpette di miglio e verdure Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	17 Gnocchi di patate al pomodoro Fagioli trifolati Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 22	20 VACANZA	21 VACANZA	22 Pasta all'olio Involtini di verza vegani Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	23 Riso all'olio Ceci in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	24 Crema di verdure Pizza alle verdure senza mozzarella --- Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 23	27 Tre cereali alle verdure Legumi in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	28 Risotto al pomodoro Burgher vegetariano Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione			

MARZO



	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENEDI'
--	---------	----------	------------	----------	---------

settimana 23			Pasta al pesto di verdure Polpette di ceci Patate al forno Verdura cruda Frutta di stagione	1 Polenta Polpettone di legumi al sugo Verdura cruda --- Frutta di stagione	2 Pasta e fagioli Verdure panate Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	3
settimana 24	Tre cereali alle verdure Legumi in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	6 Crema di verdure Pizza alle verdure senza mozzarella --- Verdura cruda Frutta di stagione	7 Pasta alla crema di spinaci Piselli in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	8 Risotto alla milanese Ceci trifolati Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	9 Pasta al pomodoro Lenticchie stufate Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	10
settimana 25	Pasta al pomodoro Polpette di spinaci Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	13 Risotto alla milanese Burgher vegetariano Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	14 Pastina in brodo Lenticchie in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	15 Passato di verdure Fagioli borlotti trifolati Patate Verdura cruda Frutta di stagione	16 Pasta alla pizzaiola Polpette di ceci e olive Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	17
settimana 26	Pasta alle cime di broccolo Crocchette di legumi Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	20 Strangolapreti all'olio Piselli in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	21 Crema di carote e zucchine Strudel alle verdure Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	22 Pasta al pomodoro Fagioli cannellini stufati Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	23 Cereali misti alle verdure Involtini di verza vegani Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	24
settimana 27	Pasta alle zucchine e zafferano Schiacciata con fagiolini e verdure Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	27 Crema di verdure Polpette di patate e fagioli Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	28 Spatzle olio e salvia Legumi trifolati Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	29 Risotto ai porri Macedonia di verdure con piselli Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	30 Pasta alla pizzaiola Burgher vegetariano Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	31

APRILE



	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
settimana 28	3 Pasta al pomodoro Ceci stufati Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	4 Pasta alle verdure Lenticchie in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	5 Pasta alle zucchine Polpette di legumi al sugo Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	6 VACANZA	7 VACANZA
settimana 29	10 VACANZA	11 VACANZA	12 Pastina in brodo Polpette di patate e lenticchie Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	13 Pasta al pomodoro Piselli trifolati Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	14 Risotto alla milanese Verdure panate Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 30	17 Pasta al pesto di verdure Burger vegetariano Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	18 Risotto agli aromi Legumi alla pizzaiola Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	19 Riso in bianco con polpette di legumi al sugo Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	20 Pasta alla pizzaiola Macedonia di verdure con piselli Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	21 Crema di legumi Pizza alle verdure senza mozzarella --- Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 31	24 Pasta alle verdure brasate Polpette ricotta e spinaci Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	25 VACANZA	26 Pasta al radicchio Ceci in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	27 Gnocchi di patate e pomodoro Fagioli olio e limone Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	28 Pasta al pesto di zucchine Crocchette di lenticchie Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione

MAGGIO



	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
settimana 32	VACANZA	1 Spatzle verdi all'olio Fagioli in insalata Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	2 Pasta al pesto con basilico, fagiolini, patate Legumi in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	3 Risotto alla milanese Burgher vegetariano Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	4 Pasta al forno con verdure brasate Crocchette di legumi Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 33	8 Pasta al ragù di lenticchie Piselli trifolati Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	9 Cereali misti alle verdure Schiacciata di legumi, patate e zucchine Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	10 Crema di zucchine Pizza alle verdure senza mozzarella --- Verdura cruda Frutta di stagione	11 Gnocchi di patate al pomodoro Ceci in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	12 Pasta al pomodoro Polpette di legumi Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 34	15 Pasta alla mediterranea Pomodori gratinati Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	16 Pasta agli aromi Strudel fagiolini e zucchine Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	17 Insalata di riso con piselli e verdure Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	18 Pasta all'olio Involtini di verza vegani Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	19 Pasta al pomodoro Legumi in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 35	22 Pasta all'olio Polpette di ceci Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	23 Risotto al pomodoro Legumi trifolati Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	24 Strangolapreti olio e salvia Fagiolini all'olio Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	25 Crema di carote Pizza alle verdure senza mozzarella --- Verdura cruda Frutta di stagione	26 Pasta alle zucchine Fagioli in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 36	29 Pasta estiva con fagioli e verdure Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	30 Pasta agli aromi Crocchette di lenticchie Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	31 Cous cous con verdure miste e polpette di ceci Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione		

GIUGNO



	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
settimana 36				1 Pasta all'olio Burgher vegetariano Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	2 VACANZA
settimana 37	5 Pasta al pesto Pomodori gratinati Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	6 Cereali misti al pomodoro Ceci stufati Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	7 Risotto alla crema di zucchine Legumi misti alla pizzaiola Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	8 Spatzle verdi all'olio Piselli Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	9 Pizza alle verdure senza mozzarella Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione Gelato

