



Menu' Scolastico

2022/2023



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

SETTEMBRE



	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
settimana 1	12 Pasta al pomodoro Piselli trifolati Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	13 Strangolapreti burro e salvia Crescenza Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	14 Pasta alla crema di zucchine Uova sode o frittata Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	15 Cous cous alle verdure Mozzarella caprese Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	16 Pasta al pesto di verdure Burgher vegetariano Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 2	19 Pasta estiva con mozzarella e pomodorini Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	20 Risotto alla milanese Lenticchie in umido Verdura cotta Verdura cruda mista Frutta di stagione	21 Lasagne al forno con verdure, formaggio e besciamella Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	22 Pasta al pomodoro e basilico Frittata alle verdure Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	23 Vellutata di zucchine Pizza margherita --- Verdura cruda mista Frutta di stagione
settimana 3	26 Pasta alla mediterranea Polpette di ricotta e spinaci Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	27 Gnocchi alla romana Formaggio Verdura cotta Verdura cruda mista Frutta di stagione	28 Pasta al pesto Ceci in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	29 Cereali misti alle verdure Fagioli in insalata Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	30 Lasagne al forno goccia d'oro (fontina, pomodoro, besciamella) Verdura cotta Verdura cruda mista Frutta di stagione



OTTOBRE

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENEDI'
settimana 4	3 Risotto alla parmigiana Schiacciata di ceci e zucca Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	4 Pasta al pesto di verdure Involtini di verza Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	5 Passatelli in brodo Ricotta Verdura cotta Verdura cruda mista Frutta di stagione	6 Pasta al pomodoro Burger vegetariano Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	7 Crema di verdure Polpette di legumi al sugo Patate/purè Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 5	10 Pasta al pomodoro Frittata Verdura cotta Verdura cruda mista Frutta di stagione	11 Crema di carote Pizza margherita --- Verdura cruda Frutta di stagione	12 Pasta con crema di grana trentino Polpette di ceci e spinaci Verdura cotta Verdura cruda mista Frutta di stagione	13 Canederli ai formaggi Lenticchie in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	14 Risotto al pomodoro Formaggio Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 6	17 Risotto alla zucca Crocchette al formaggio 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 Frittata con patate Verdura cotta Verdura cruda mista Frutta di stagione	20 Purè di patate Polpette di legumi Verdura cotta Verdura cruda mista Frutta di stagione	21 Pasta con crema di broccoli Crescenza Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 7	24 Orzotto alle verdure Uova sode o frittata Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	25 Risotto zucchine e fontal Piselli in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	26 Spatzle verdi burro e salvia Formaggio Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	27 Pasta al pomodoro Strudel zucchine e ricotta 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 al burro e salvia Formaggio Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	3 Pasta al pomodoro Verdure panate Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 9	7 Pasta alla crema di grana trentino Polpette di spinaci Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	8 Pasta alle zucchine Involtini di verza Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	9 Crema di verdure Schiacciata di ceci, zucca e rosmarino Patate/purè Verdura cruda Frutta di stagione	10 Gnocchi alla romana Piselli in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	11 Risotto al radicchio Crocchette di formaggio Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 10	14 Spatzle verdi burro e salvia Piselli trifolati Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	15 Pasta al pomodoro Frittata Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	16 Risotto alla parmigiana Fagioli in insalata Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	17 Crema di patate e porri Pizza margherita --- Verdura cruda Frutta di stagione	18 Pasta porta d'oro Burgher vegetariano Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 11	21 Pasta alla mediterranea Sofficetti al formaggio Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	22 Cereali misti alla zucca Mozzarella 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 al formaggio Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 12	28 Pasta al forno goccia d'oro (fontina, pomodoro, besciamella) 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 Uova sode o frittata Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione		

DICEMBRE



	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENEDI'
settimana 12				1 Risotto al pomodoro Verdure gratinate Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	2 Orzetto alla trentina Polpette di lenticchie e patate Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 13	5 Passatelli in brodo Formaggio Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	6 Gnocchi di patate al pomodoro Fagiolini stufati Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	7 Risotto alla zucca Polpette di ceci e olive Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	8 VACANZA	9 Farro al pesto di verdure Strudel formaggio e fagiolini Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 14	12 Pasta alla crema di grana trentino Burgher vegetariano Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	13 Pasta zucchine e zafferano Legumi misti alla pizzaiola Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	14 Crema di verdure Pizza margherita --- Verdura cruda Frutta di stagione	15 Gnocchi alla romana Lenticchie in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	16 Riso in bianco con polpette di legumi al sugo Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 15	19 Risotto al pomodoro Sofficetti al formaggio Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	20 Purè di patate Fagioli borlotti in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	21 Pasta e fagioli Frittata alle verdure Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	22 Pasta ai piselli Fagiolini Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	23 VACANZA

GENNAIO



	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
settimana 16	9 Pasta olio e grana Ceci in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	10 Crema di zucca Pizza margherita --- Verdura cruda Frutta di stagione	11 Polenta Polpette di legumi al sugo Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	12 Pasta al pomodoro Frittata all'ortolana Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	13 Risotto agli aromi Polpette di patate e lenticchie Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 17	16 Pasta al pomodoro Legumi Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	17 Pasta con crema di grana trentino Macedonia di verdure al forno Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	18 Risotto al radicchio Frittata con zucca Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	19 Spatzle burro e salvia Ricotta Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	20 Pasta al forno goccia d'oro (fontina, pomodoro, besciamella) Piselli in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 18	23 Pasta alla pizzaiola Burgher vegetariano Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	24 Purè Strudel con fagiolini e ricotta Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	25 Strangolapreti con burro e salvia Formaggio Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	26 Passatelli in brodo Polpette di ceci e olive Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	27 Pasta con crema di broccoli Frittata Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 19	30 Pasta ai formaggi Involtini di verza Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	31 Gnocchi alla romana Lenticchie in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione			

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 Sofficetti al formaggio 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 margherita --- Verdura cruda Frutta di stagione	7 Risotto alla parmigiana 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 Polpette di piselli Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	10 Pasta ricotta e pomodoro Frittata Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 21	13 Risotto alla zucca Verdure gratinate Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	14 Spatzle burro e grana Formaggio Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	15 Puré Polpettone di legumi in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	16 Pasta al pomodoro Uova sode o frittata Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	17 Gnocchi di patate ai formaggi Fagioli trifolati Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 22	20 VACANZA	21 VACANZA	22 Pasta olio e grana Involtini di verza Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	23 Risotto alla parmigiana Ceci in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	24 Crema di verdure Pizza margherita --- Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 23	27 Gnocchi alla romana Formaggio 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'	VENERDI'
settimana 23			1 Pasta al pesto di verdure Frittata al formaggio Patate al forno Verdura cruda Frutta di stagione	2 Polenta Polpettone di legumi al sugo Verdura cruda --- Frutta di stagione	3 Pasta e fagioli Crescenza Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 24	6 Gnocchi alla romana Legumi in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	7 Crema di verdure Pizza margherita --- Verdura cruda Frutta di stagione	8 Canederli ai formaggi Legumi in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	9 Risotto alla milanese Formaggio Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	10 Risotto alla milanese Burgher vegetariano Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 25	13 Pasta porta d'oro Polpette di spinaci Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	14 Pasta al pomodoro Lenticchie stufate Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	15 Pastina in brodo Uova sode o frittata Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	16 Passato di verdure Polpettone di legumi al sugo Patate/purè Verdura cruda Frutta di stagione	17 Pasta alla pizzaiola Polpette di ceci e olive Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 26	20 Pasta alle cime di broccolo Legumi in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	21 Strangolapreti al burro e grana Ricotta Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	22 Crema di carote e zucchine Strudel al formaggio Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	23 Pasta al pomodoro Fagioli cannellini stufati Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	24 Cereali misti alle verdure Frittata con patate Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione
settimana 27	27 Lasagne ricotta, zucchine e formaggio Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	28 Crema di verdure Polpette di patate, asiago e fontal Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	29 Spatzle burro e salvia Legumi trifolati Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	30 Risotto ai porri Macedonia di verdure con piselli Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	31 Pasta alla pizzaiola Rotolo di frittata Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione

APRILE



	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
settimana 28	3 Pasta al pomodoro Ceci stufati Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	4 Lasagne al formaggio, verdure e besciamella Lenticchie in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	5 Pasta con asiago e zucchine Frittata all'ortolana Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	6 VACANZA	7 VACANZA
settimana 29	10 VACANZA	11 VACANZA	12 Passatelli in brodo Formaggio Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	13 Pasta al pomodoro Frittata 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 Ricotta 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 porta d'oro Formaggio Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	21 Crema di legumi Pizza margherita --- 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 radicchio e fontal Ceci in umido Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	27 Gnocchi di patate e pomodoro Formaggio 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'	VENERI'
settimana 32	VACANZA	1 Spatzle verdi burro e grana Formaggio 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 Lasagne al forno con besciamella (ricotta, zucchine, formaggio) 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 margherita --- Verdura cruda Frutta di stagione	11 Gnocchi di patate al pomodoro Ricotta 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 Mozzarella caprese Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	16 Pasta agli aromi Strudel ricotta e zucchine Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	17 Insalata di riso con formaggio e verdure Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	18 Pasta con crema di grana Involtini di verza 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 burro e grana Polpette di ricotta e legumi Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	23 Risotto al pomodoro Frittata Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	24 Strangolapreti burro e salvia Fagiolini all'olio Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	25 Crema di carote Pizza margherita --- 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 mozzarella e verdure Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	30 Gnocchi alla romana Formaggio 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'	VENEDI'
settimana 36				1 Pasta ai formaggi Burgher vegetariano Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	2 VACANZA
settimana 37	5 Pasta al pesto Formaggio Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	6 Cereali misti al pomodoro Uova sode o frittata 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 burro e grana Piselli Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione	9 Pizza farcita senza prosciutto Verdura cotta Verdura cruda Frutta di stagione Gelato

