

MENÙ PRIMAVERA ESTATE – DIETA VEGETARIANA

COMUNE DI SARZANA - ANNO SCOLASTICO 2026-2027



SETTIMANA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
1^a SETTIMANA	PASTA AL PESTO (all. 1,3,7,8) FRITTATA (all. 3, 7) CAROTE FRUTTA	RISOTTO GIALLO (all. 3,7) FARINATA ZUCCHINE* FRUTTA	PIZZA MARGHERITA (all. 1,7) STRACCHINO (all. 7) INSALATA MISTA FRUTTA	PASTA OLIO E GRANA (all. 1,3,7) FRITTATA CON VERDURE (all. 3,7) PATATE FRUTTA	PASTA AL POMODORO (all. 1,3,7) FARINATA SPINACI* YOGURT/BUDINO (all. 7)/ DOLCE (all. 1,3,7)
2^a SETTIMANA	TORTELLI BURRO E SALVIA (all. 1,3,7,8) FARINATA FAGIOLINI* FRUTTA	INSALATA DI PASTA S/PESCE (all. 1, 3, 7) FRITTATA (all. 3, 7) SPINACI* YOGURT/BUDINO (all. 7)/ DOLCE (all. 1,3,7)	RISOTTO VERDE (all. 3,7) RICOTTA (all. 7) INSALATA MISTA FRUTTA	PASTA IN SALS AURORA (all. 1,3,7) TORTINO DI PATATE, LEGUMI E PORRI (all. 1,3,7) CAROTE FRUTTA	PASTA ALLA VERDURA (all. 1,3,7) CACIOTTA (all. 7) ZUCCHINE* FRUTTA
3^a SETTIMANA	RISO AL POMODORO (all. 3,7) MOZZARELLA (all. 7) PISELLI* FRUTTA	TESTAROLI AL PESTO (all. 1,3,7,8) FRITTATA (all. 3, 7) CAROTE FRUTTA	INSALATA DI FARRO S/PESCE (all. 1, 3, 7) FARINATA PATATE AL FORNO FRUTTA	PIZZA MARGHERITA (all. 1,7) PARMIGIANO (all. 7) POMODORI YOGURT/BUDINO (all. 7)/ DOLCE (all. 1,3,7)	PASTA OLIO E GRANA (all. 1, 3, 7) TORTINO DI VERDURE (all. 1,3,7) INSALATA FRUTTA
4^a SETTIMANA	PASTA ALLE ZUCCHINE (all. 1,3,7) FRITTATA (all. 3) SPINACI* FRUTTA	PASTA AL POMODORO (all. 1, 3, 7) CACIOTTA (all. 7) FAGIOLINI* FRUTTA	PASTA AL PESTO (all. 1,3,7,8) SFORMATO DI VERDURE (all. 1,3,7) POMODORI YOGURT/BUDINO (all. 7)/ DOLCE (all. 1,3,7)	PASTA OLIO E GRANA (all. 1,3,7) FARINATA PISELLI* FRUTTA	RISOTTO CON CAROTE (all. 3,7) STRACCHINO (all. 7) PATATE FRUTTA

I piatti contrassegnati con * potrebbero essere surgelati o contenere alimenti surgelati.

TABELLA ALLERGENI – sostanze che provocano allergie o intolleranze ai sensi del Regolamento CE 1169/2011.

1	Cereali contenenti glutine (grano, segale, orzo, avena, farro, kamut e derivati)	6	Soia e prodotti a base di soia (tranne olio e grasso di soia)	11	Semi di sesamo e prodotti a base di semi di sesamo
2	Crostacei e prodotti a base di crostacei	7	Latte e prodotti a base di latte, incluso lattosio	12	Anidride solforosa e solfiti (oltre 10 mg/kg o 10 mg/l come SO ₂)
3	Uova e prodotti a base di uova	8	Frutta a guscio (mandorle, noci, anacardi, pecan, noci del Brasile, pistacchi, noci del Queensland e derivati)	13	Lupini e prodotti a base di lupini
4	Pesce e prodotti a base di pesce	9	Sedano e prodotti a base di sedano	14	Molluschi e prodotti a base di molluschi
5	Arachidi e prodotti a base di arachidi	10	Senape e prodotti a base di senape		