


TABELLA ESTIVA


PER LA SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO nel Comune di OLGiate MOLGORA
Da Settembre 2025 al 17 Ottobre 2025 e dal 6 Aprile 2026




	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
1° settimana 01/05sett25 06/10ott25 04/08mag26 08/12giu26	Pasta al pesto Filetto di platessa al forno Pomodori Pane Frutta		Pasta alla contadina Latteria e Primo sale Insalata Pane Frutta	Vellutata di verdure con crostini Arrostito di lonza Patate al forno Pane Frutta	
2° settimana 08/12sett25 13/17ott25 06/10apr26 11/15mag26 15/19giu26	Pizza margherita Insalata verde Pane Frutta		Pasta allo zafferano Tacchino agli aromi Verdure di stagione Pane Yogurt	Riso all'olio extraverg. Coscia di pollo al forno Pomodori Pane Frutta	
3° settimana 15/19sett25 13/17apr26 18/22mag26 22/26giu26	Passato di verdure con farro Hamburger di tacchino Patate al forno Pane Frutta		Pasta al pomodoro Mozzarella alla caprese Pane Frutta	Lasagne al forno Insalata mista Pane Frutta	
4° settimana 22/26sett25 20/24apr26 25/29mag26	Risotto al pomodoro Prosciutto cotto Melone Insalata verde Pane		Pasta all'olio extraverg. Platessa alla milanese Pomodori Pane Frutta	Pizza margherita Carote julienne Pane Frutta	
5° settimana 29sett/03ott25 27apr/01mag26 01/05giu26	Pasta integrale al sugo di melanzane Tonno Misto verdure al vapore Pane Frutta		Pasta al pomodoro Cotoletta alla milanese Insalata mista Pane Frutta	Riso e piselli Montasio e Mozzarella Carote julienne Pane Frutta	

 Il pane è a ridotto contenuto di sale e una volta la settimana viene servito pane di tipo integrale. Sia per la preparazione dei piatti che per i condimenti viene utilizzato olio extravergine di oliva e sale iodato

 Nell'arco della settimana viene fornita frutta di stagione di almeno tre tipologie diverse

 La verdura può essere sostituita con altra verdura di stagione (no patate o legumi)

 Pesce certificato MSC

 Menù sostenibile a ridotto impatto ambientale

 L'elenco degli allergeni presenti nel piatto è riportato nel RICETTARIO consultabile sul plesso


TABELLA INVERNALE


PER LA SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO nel Comune di OLGiate MOLGORA
Dal 20 Ottobre 2025 al 3 Aprile 2026




	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
1° settimana 10/14nov25 15/19dic25 19/23gen26 23/27feb26 30mar/03apr26	Pasta al pesto Filetto di platessa al forno Finocchi Pane Frutta		Pasta alla contadina Latteria e Primo sale Insalata Pane Frutta	Pasta al pomodoro Arrostito di lonza Verdure miste Pane Frutta	
2° settimana 17/21nov25 22/26dic25 26/30gen26 02/06mar26	Pizza margherita Insalata verde Pane Frutta		Pasta allo zafferano Tacchino agli aromi Verdure di stagione Pane Yogurt	Passato di verdure con crostini Coscia di pollo al forno Patate al forno Pane Frutta	
3° settimana 20/24ott25 24/28nov25 29dic/02gen26 02/06feb26 09/13mar26	Pasta all'olio extraverg. Hamburger di tacchino Verdure miste Pane Frutta		Pasta al pomodoro Mozzarella e Grana Carote julienne Pane Frutta	Lasagne al forno Insalata mista Pane Frutta	
4° settimana 27/31ott25 01/05dic25 05/09gen26 09/13feb26 16/20mar26	Risotto al pomodoro Prosciutto cotto Insalata verde Pane Frutta		Pasta olio e grana Platessa alla milanese Misto verdure Pane Frutta	Pizza margherita Carote julienne Pane Frutta	
5° settimana 03/07nov25 08/12dic25 12/16gen26 16/20feb26 23/27mar26	Ravioli di magro alla salvia Tonno Finocchi Pane Frutta		Pasta integrale al pomodoro Cotoletta alla milanese Insalata mista Pane Frutta	Polenta Brasato di manzo Verdure al vapore Pane Frutta	

 Il pane è a ridotto contenuto di sale e una volta la settimana viene servito pane di tipo integrale. Sia per la preparazione dei piatti che per i condimenti viene utilizzato olio extravergine di oliva e sale iodato

 Nell'arco della settimana viene fornita frutta di stagione di almeno tre tipologie diverse

 La verdura può essere sostituita con altra verdura di stagione (no patate o legumi)

 Pesce certificato MSC

 Menù sostenibile a ridotto impatto ambientale

 L'elenco degli allergeni presenti nel piatto è riportato nel RICETTARIO consultabile sul plesso