

## Scuola secondaria (medie): Menù senza carne e pesce

1° settimana  
estiva

Riso al pomodoro, formaggio, insalata verde, frutta  
Ravioli al pomodoro, fagioli in insalata, zucchine primavera, frutta  
Riso in bianco, tortino con zucchine, patate a spicchi al forno, frutta  
Pipe alle zucchine, mozzarella, insalata di pomodori e olive, ananas fresco  
Fusilli al pomodoro, tortino con carote, pisellini all'olio, banana

2° settimana  
estiva

Riso pomodoro e basilico, formaggio, patate a spicchi al forno, frutta  
Penne alle melanzane, tortino con cipolle, fagiolini all'olio, banana  
Fusilli pomodoro e basilico, mozzarella, crudité di verdure, frutta  
Sedanini in bianco, pisellini all'olio, insalata di pomodori, budino crème caramel  
Spaghetti al pomodoro, tortino con patate, insalata verde carote e mela, frutta

3° settimana  
estiva

Rigatoni olio e parmigiano, tortino con erbe, purea di patate, yogurt alla frutta  
Riso alla milanese, asiago, insalata verde e carote, insalata di frutta o frutta  
Spaghetti al pomodoro, frittatina semplice, costine olio e parmigiano, frutta  
Ruote al ragù vegetale, fagioli in insalata, carote bastoncino all'olio, banana  
Gemelli al pesto, mozzarella, insalata di pomodori, melone o anguria

4° settimana  
estiva

Fusilli pomodoro e basilico, tortino latte e parmigiano, insalata di pomodori, frutta  
Mezze penne al pomodoro, formaggio, zucchine olio e parmigiano, melone  
Riso in bianco, tortino con carote, fagiolini all'olio, mousse di frutta  
Sedanini al pesto, fagioli in insalata, insalata verde e carote, frutta  
Pizza al pomodoro, mozzarella, insalata verde, banana

1° settimana  
invernale

Crespelle ricotta e spinaci, pisellini all'olio, patate a spicchi al forno, frutta  
Pipe al pomodoro, tortino con spinaci, carote all'olio, insalata di frutta o frutta  
Riso alla siciliana, formaggio, insalata verde, frutta  
Sedanini pomodoro e besciamella, tortino con carote, fagiolini all'olio, banana  
Vellutata di zucca con riso, formaggio tipo linea, pisellini all'olio, ananas fresco

2° settimana  
invernale

Mezze penne in bianco, tortino con patate, costine olio e parmigiano, frutta  
Riso al pomodoro, formaggio, purea di patate, frutta  
Lasagne al pomodoro, mozzarella, fagiolini all'olio, frutta  
Passato di legumi con pasta, frittatina semplice, insalata verde, banana  
Fusilli pomodoro e olive, pisellini all'olio, carote al forno, budino alla vaniglia

3° settimana  
invernale

Ravioli di magro al pomodoro, robiola, insalata di finocchi, frutta  
Polenta al pomodoro o riso in bianco, frittatina semplice, spinaci all'olio, ananas fresco  
Minestra di riso e patate, mozzarella, fagiolini all'olio, crostatina con marmellata  
Eliche in bianco, formaggio, costine olio e parmigiano, frutta  
Mezze penne al pomodoro, tortino con erbe, insalata di cavolo, verza e carote, banana

4° settimana  
invernale

Spaghetti olio e parmigiano, pisellini all'olio, carote al forno, succo di frutta  
Vellutata di verdure con pasta, tortino latte e parmigiano, patate al forno, budino al cioccolato  
Riso al pomodoro, formaggio, fagiolini all'olio, frutta  
Casarecci olio e parmigiano, tortino con carote, pisellini in umido, frutta  
Maccheroni al pomodoro, mozzarella, insalata verde, banana

