



MENU' SETTIMANALE - SCUOLE REGGIO CALABRIA 2025/2026



	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
I Settimana	PIZZA MARGHERITA Contorno: ortaggi o verdure di stagione Frutta fresca di stagione	Pasta con legumi: fagioli cotto Contorno: ortaggi o verdure di stagione Panino Frutta fresca di stagione	Riso al pomodoro (al forno) Frittata di verdure (al forno) Contorno: ortaggi o verdure di stagione Panino Frutta fresca di stagione	Pasta con vellutata di verdure Pollo (sovracoscia) al forno Contorno: patate al forno Frutta fresca di stagione	Pasta con sugo di pesce (con filetti di pesce) Filetto o medaglione di merluzzo gratinato al forno Contorno: ortaggi o verdure di stagione Panino Frutta fresca di stagione
II Settimana	Pasta al pomodoro Spezzatino di tacchino in umido Contorno: patate lesse Frutta fresca di stagione	Pasta o Riso con minestrone Omelette (con prosciutto cotto e formaggio) Contorno: ortaggi o verdure di stagione Panino Frutta fresca di stagione	PIZZA MARGHERITA Contorno: ortaggi o verdure di stagione Frutta fresca di stagione	Pasta con legumi: lenticchie Formaggio fresco Contorno: ortaggi o verdure di stagione Panino Frutta fresca di stagione	Risotto con vellutata di Zucca* e/o carote Tortino di i Nasello con patate (al forno) Contorno: ortaggi o verdure di stagione Panino Frutta fresca di stagione
III Settimana	Risotto alla milanese Scaloppine di Petto di pollo agli agrumi (arancia o limone) Contorno: ortaggi o verdure di stagione Panino Frutta fresca di stagione	Pasta con pesto (senza aglio) Hamburger di vitello al forno Contorno: patate lesse o al forno Frutta fresca di stagione	Pasta con legumi: ceci Formaggio Contorno: ortaggi o verdure di stagione Panino Frutta fresca di stagione	PIZZA MARGHERITA Contorno: ortaggi o verdure di stagione Frutta fresca di stagione	PIZZA MARGHERITA Contorno: ortaggi o verdure di stagione Frutta fresca di stagione
IV Settimana	Pasta con minestrone Frittata di patate al forno Contorno: ortaggi o verdure di stagione Panino Frutta fresca di stagione	Riso o pasta con legumi: piselli Formaggio fresco Contorno: ortaggi o verdure di stagione Panino Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Polpettine di vitello in umido Contorno: ortaggi o verdure di stagione Panino Frutta fresca di stagione	Pasta con ragù verdure Cotoletta di Pollo al forno Contorno: patate al forno Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Polpettine di Merluzzo e patate (al forno) Contorno: ortaggi o verdure di stagione Panino Frutta fresca di stagione

- Si consiglia una volta la settimana di sostituire il pranzo con una porzione di **Pizza Margherita** (pomodoro e mozzarella), con eventuale aggiunta di prosciutto cotto e aromi (se graditi), contorno di insalata e frutta fresca di stagione.
- Le **Zucchine*** e la **Zucca*** possono essere sostituite con altre verdure e/o ortaggi di stagione.

