



UNIONE MONTANA ALTA VAL DI CECINA

Via Roncalli n. 38 - 56045 Pomarance (PI)

Tel. 058862003 – Fax n. 058862700 – E.mail: istruzione@umavc.it - PEC umavc@postacert.toscana.it

MENU' AUTUNNALE NO CARNI **Settembre - Ottobre - Novembre**

| | I settimana | I settimana (no carni) | II settimana | II settimana (no carni) | III settimana | III settimana (no carni) | IV settimana | IV settimana (no carni) |
|------------|-----------------------------|------------------------|----------------------|-------------------------|-----------------------------------|--------------------------|---------------------------------|-------------------------|
| LUN | PASTA AL POMODORO E CAPPERI | | RISO ALLA PARMIGIANA | | PASTA AL RAGU' | pasta al pomodoro | MINESTRA/CREMA DI CAROTE | |
| | PESCE AL FORNO | | ARROSTO DI TACCHINO | pesce, uovo o formaggio | FORMAGGIO | | ARROSTO DI MANZO | pesce, uovo o formaggio |
| | POMODORI O FINOCCHI | | INSALATA MISTA | | SPINACI SALTATI | | FAGIOLINI AL PREZZEMOLO | |
| | PANE | | PANE | | PANE | | PANE | |
| | DOLCE | | FRUTTA | | FRUTTA | | FRUTTA | |
| MAR | MINESTRA DI PATATE E PORRI | | PASTA AL POMODORO | | RISO AL RADICCHIO/ZUCCA /FINOCCHI | | PASTA AGLIO, OLIO E PEPERONCINO | |

| | | | | | | | | |
|------------|--|---|---------------------------------------|-------------------------------|------------------------------|-------------------------|--|-------------------------|
| | ARISTA ARROSTO | pesce, uovo o formaggio | FORMAGGIO STAGIONATO | | POLLO AL LIMONE | pesce, uovo o formaggio | FRITTATA DI VERDURE | |
| | PATATE LESSE O CON AGLIO E PREZZEMOLO | | FAGIOLINI LESSI | | INSALATA MISTA | | FAGIOLI LESSI | |
| | PANE | | PANE | | PANE | | PANE | |
| | FRUTTA | | DOLCE | | FRUTTA | | YOGURT/DESSERT | |
| MER | QUADRUCCI DI CARNE AL POMODORO/IN BRODO VEGETALE | ravioli ricotta e spinaci o pasta al pomodoro/in brodo vegetale | PASTA ALL'OLIO | | MINESTRA CON ZUCCHINE E RISO | | PASTA AL POMODORO E RICOTTA | |
| | FORMAGGIO FRESCO | | FRITTATA DI SPINAC/ZUCCHINI E RICOTTA | | ARISTA AL FORNO | pesce, uovo o formaggio | PESCE GRATINATO | |
| | SPINACI SALTATI | | CAROTE A FILINI | | PURE' DI PATATE | | INSALATA | |
| | PANE | | PANE | | PANE | | PANE | |
| | YOGURT/DESSERT | | FRUTTA | | FRUTTA | | FRUTTA | |
| GIO | RISO /PASTA CON VERDURE | | MINESTRA DI LEGUMI | | PASTA AL POMODORO | | PASTA ALLA MARINARA (AGLIO E PREZZEMOLO) | |
| | POLLO (COSCE-ANCHE) AL FORNO | pesce, uovo o formaggio | Hamburger DI MANZO E PATATE | polpetta o sfornato di patate | PESCE IN CROSTA o gratinato | | TACCHINO | pesce, uovo o formaggio |

| | | | | | | | | |
|------------|-----------------------|--|---|--|------------------------|--|------------------------|--|
| | INSALATA | | SPINACI AL LIMONE (insalata con mais) | | POMODORI O FINOCCHI | | CAROTE A FILINI | |
| | PANE | | PANE | | PANE | | PANE | |
| | FRUTTA | | YOGURT/DESSERT | | DOLCE | | FRUTTA | |
| VEN | MINESTRA DI LEGUMI | | CREMA DI POMODORI/PAPPA AL POMODORO/RISO- PASTA IN BRODO VEGETALE | | MINESTRA DI LEGUMI | | MINESTRA DI VERDURA | |
| | UOVO AL POMODORO | | POLPETTE DI TONNO E PATATE | | UOVO LESSO | | FORMAGGIO | |
| | FAGIOLINI ALL'OLIO | | PISELLI ALL'OLIO | | INSALATA | | PATATE LESSE | |
| | PANE | | PANE | | PANE | | PANE | |
| | FRUTTA | | FRUTTA | | YOGURT/DESSERT | | DOLCE | |