



**UNIONE MONTANA ALTA VAL DI CECINA**

Via Roncalli n. 38 - 56045 Pomarance (PI)

Tel. 058862003 – Fax n. 058862700 – E.mail: [istruzione@umavc.it](mailto:istruzione@umavc.it) - PEC [umavc@postacert.toscana.it](mailto:umavc@postacert.toscana.it)

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

	I settimana	I settimana (no maiale)	II settimana	II settimana (no maiale)	III settimana	III settimana (no maiale)	IV settimana	IV settimana (no maiale)
<b>LUN</b>	PASTA AL POMODORO E CAPPERI		RISO ALLA PARMIGIANA		PASTA AL RAGU'		MINESTRA/CREMA DI CAROTE	
	PESCE AL FORNO		ARROSTO DI TACCHINO		FORMAGGIO		ARROSTO DI MANZO	
	POMODORI O FINOCCHI		INSALATA MISTA		SPINACI SALTATI		FAGIOLINI AL PREZZEMOLO	
	PANE		PANE		PANE		PANE	
	DOLCE		FRUTTA		FRUTTA		FRUTTA	
<b>MAR</b>	MINESTRA DI PATATE E PORRI		PASTA AL POMODORO		RISO AL RADICCHIO/ZUCCA /FINOCCHI		PASTA AGLIO, OLIO E PEPERONCINO	
	ARISTA ARROSTO	carni diverse dal maiale,	FORMAGGIO STAGIONATO		POLLO AL LIMONE		FRITTATA DI VERDURE	

		pesce, uovo o formaggio					
	PATATE LESSE O CON AGLIO E PREZZEMOLO		FAGIOLINI LESSI		INSALATA MISTA		FAGIOLI LESSI
	PANE		PANE		PANE		PANE
	FRUTTA		DOLCE		FRUTTA		YOGURT/DESSERT
<b>MER</b>	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	carni diverse dal maiale, pesce, uovo o formaggio	PESCE GRATINATO
	SPINACI SALTATI		CAROTE A FILINI		PURE' DI PATATE		INSALATA
	PANE		PANE		PANE		PANE
	YOGURT/DESSERT		FRUTTA		FRUTTA		FRUTTA
<b>GIO</b>	RISO /PASTA CON VERDURE		MINESTRA DI LEGUMI		PASTA AL POMODORO		PASTA ALLA MARINARA (AGLIO E PREZZEMOLO)

	POLLO (COSCE- ANCHE) AL FORNO		Hamburger DI MANZO E PATATE		PESCE IN CROSTA o gratinato		TACCHINO	
	INSALATA		SPINACI AL LIMONE (insalata con mais)		POMODORI O FINOCCHI		CAROTE A FILINI	
	PANE		PANE		PANE		PANE	
	FRUTTA		YOGURT/DESSERT		DOLCE		FRUTTA	
<b>VEN</b>	MINESTRA DI LEGUMI		CREMA DI POMODORI/PAPP A 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	