



CONVITTO NAZIONALE P. LONGONE

via degli Olivetani, 9 - 20123 Milano

MENU' dal 31/12/2018 al 25/1/2019

		LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
		31 dicembre 2018	1 gennaio 2019	2 gennaio 2019	3 gennaio 2019	4 gennaio 2019
5	merenda					
	pranzo	SOSPENSIONE DELLE LEZIONI	SOSPENSIONE DELLE LEZIONI	SOSPENSIONE DELLE LEZIONI	SOSPENSIONE DELLE LEZIONI	SOSPENSIONE DELLE LEZIONI
	merenda					
		7 gennaio 2019	8 gennaio 2019	9 gennaio 2019	10 gennaio 2019	11 gennaio 2019
6	merenda	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Succo di frutta
	pranzo	Pasta pomodorini e melanzane - Prosciutto cotto - Purè di patate - Pane - Frutta	Risotto al pomodoro - Polpette di pesce* al forno Insalata di finocchi radicchio e mais - Pane - Frutta	Menù a sorpresa: Hamburger e patatine - Insalata mista - Pane - frutta	Pasta e fagioli - Formaggio fresco* - Insalata di pomodori - Pane - frutta	Pasta zucchine e speck - Arrosto di manzo - Carote alla julienne - Pane - frutta
	merenda	Crackers + succo/Crostatina/Camilla	Budino al cioccolato/Yogurt intero alla frutta	Crackers + succo/Crostatina/Camilla	Panino con nutella	Yogurt intero alla frutta/Budino al cioccolato/Yogurt da bere
		14 gennaio 2019	15 gennaio 2019	16 gennaio 2019	17 gennaio 2019	18 gennaio 2019
7	merenda	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	succo di frutta	frutta fresca di stagione
	pranzo	pasta al tonno-sformato di patate e formaggio -insalata mista-pane-frutta	lasagne al ragù-prosciutto cotto-fagiolini-pane-frutta	pasta olio e grana-bastoncini di pesce al forno-carote e piselli-pane-frutta	risotto alla parmigiana-polpette di vitello al pomodoro-patate al forno-pane-frutta	gnocchi al pesto di basilico-rollè di uova con prosciutto e formaggio-spinaci-pane-frutta
	merenda	panino con nutella	crackers + succo/crostatina/camilla	torta	yogurt intero alla frutta/budino al cioccolato/yogurt da bere	torta
		21 gennaio 2019	22 gennaio 2019	23 gennaio 2019	24 gennaio 2019	25 gennaio 2019
8	merenda	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	succo di frutta	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione
	pranzo	pasta al pomodoro-formaggio fresco**-insalata di pomodori-pane-frutta	pasta e minestrone-bocconcini di pollo con verdure-insalata di finocchi e radicchio-pane-frutta	risotto piselli e speck-pesce* al forno-verdure al forno-pane-frutta	pasta con zucca zafferano e speck-manzo all'olio/alla pizzaiola-patate al forno-pane-frutta	tortellini di carne in brodo-petto di tacchino alla piastra-fagiolini-pane-frutta
	merenda	torta	panino con nutella	yogurt intero alla frutta/budino al cioccolato/yogurt da bere	torta	crackers + succo/crostatina/camilla

il menù è stato elaborato dalla dott.ssa Marina Lanticina, biologa nutrizionista, tenendo conto dei LARN e delle Linee Guida della Regione Lombardia

* Pesce: merluzzo, gallinella, platessa - ** Formaggio fresco: philadelphia, stracchino, primo sale, certosa, ricotta