



# CONVITTO NAZIONALE P. LONGONE

via degli Olivetani, 9 - 20123 Milano

## MENU' dal 28/1/2019 al 22/2/2019

		LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
		<b>28 gennaio 2019</b>	<b>29 gennaio 2019</b>	<b>30 gennaio 2019</b>	<b>31 gennaio 2019</b>	<b>1 febbraio 2019</b>
1	<b>merenda</b>	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	succo di frutta	frutta fresca di stagione
	<b>pranzo</b>	pasta pomodorini e melanzane-bastoncini di pesce al forno-carote julienne-pane-frutta	gnocchi al ragù-formaggio fresco**-zucchine saltate-pane-frutta	pasta al pomodoro-polpettone di vitello-fagiolini-pane-frutta	riso e minestrone con legumi-crocchette di patate-insalata di finocchi e radicchio-pane-frutta	pizza margherita-insalata mista con pomodori e mais-pane-frutta
	<b>merenda</b>	panino con nutella	torta	yogurt intero alla frutta/budino al cioccolato/yogurt da bere	torta	crackers + succo/crostatina/camilla
		<b>4 febbraio 2019</b>	<b>5 febbraio 2019</b>	<b>6 febbraio 2019</b>	<b>7 febbraio 2019</b>	<b>8 febbraio 2019</b>
2	<b>merenda</b>	succo di frutta	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione
	<b>pranzo</b>	pasta al pomodoro-sformato di patate e formaggio -insalata di stagione-pane-frutta	pasta zucchine e speck-arrosto di manzo-patate al forno-pane-frutta	pasta al tonno-rollè di uova con prosciutto e formaggio-spinaci-pane-frutta	pasta al pesto di basilico-petto di pollo al limone-insalata mista con pomodori-pane-frutta	risotto allo zafferano-polpette di pesce* al forno-carote cotte-pane-frutta
	<b>merenda</b>	panino con nutella	yogurt intero alla frutta/budino al cioccolato/yogurt da bere	torta	crackers + succo/crostatina/camilla	torta
		<b>11 febbraio 2019</b>	<b>12 febbraio 2019</b>	<b>13 febbraio 2019</b>	<b>14 febbraio 2019</b>	<b>15 febbraio 2019</b>
3	<b>merenda</b>	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	succo di frutta	frutta fresca di stagione
	<b>pranzo</b>	riso e lenticchie-formaggio fresco**-insalata di pomodori-pane-frutta	lasagne al ragù-prosciutto cotto-carote julienne-pane-frutta	pasta olio e grana-bastoncini di pesce al forno-finocchi e mais-pane-frutta	tortellini di carne in brodo-coscette di pollo al forno-verdure al forno-pane-frutta	pasta al pomodoro-tonno all'olio di oliva con pomodorini e mais-purè di patate-pane-frutta
	<b>merenda</b>	torta	crackers + succo/crostatina/camilla	yogurt intero alla frutta/budino al cioccolato/yogurt da bere	torta	panino con nutella
		<b>18 febbraio 2019</b>	<b>19 febbraio 2019</b>	<b>20 febbraio 2019</b>	<b>21 febbraio 2019</b>	<b>22 febbraio 2019</b>
4	<b>merenda</b>	frutta fresca di stagione	succo di frutta	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione
	<b>pranzo</b>	pasta e ceci-mozzarella-insalata di pomodori-pane-frutta	menù a sorpresa: polenta e salsiccia-insalata mista di stagione-pane-frutta	risotto alla parmigiana-pesce* al forno-patate al forno-pane-frutta	pasta al pomodoro-petto di pollo alla piastra-fagiolini-pane-frutta	pasta con zucca zafferano e speck-prosciutto cotto-carote cotte-pane-frutta
	<b>merenda</b>	torta	yogurt intero alla frutta/budino al cioccolato/yogurt da bere	panino alla nutella	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



# CONVITTO NAZIONALE P. LONGONE

via degli Olivetani, 9 - 20123 Milano

## MENU' dal 25/2/2019 al 22/3/2019

		LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
		25 febbraio 2019	26 febbraio 2019	27 febbraio 2019	28 febbraio 2019	1 marzo 2019
5	merenda	Frutta fresca di stagione	Succo di frutta	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione
	pranzo	Pasta al pomodoro - Rollè di uova con prosciutto e formaggio - Spinaci - Pane -frutta	Pasta al pesto di basilico - Bocconcini di pollo burro e salvia - Insalata mista - Pane - frutta	Tortellini di magro olio e salvia - Crocchette di patate - Carote e piselli - Pane - frutta	Risotto allo zafferano - Bastoncini di pesce* al forno - Zucchine saltate - Pane - frutta	Pizza margherita - Insalata mista con pomodori e mais - Pane - Frutta
	merenda	Torta	Yogurt intero alla frutta/Budino al cioccolato/Yogurt da bere	Panino alla nutella	Torta	Crackers + succo/Crostatina/Camilla
		4 marzo 2019	5 marzo 2019	6 marzo 2019	7 marzo 2019	8 marzo 2019
6	merenda	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	SOSPENSIONE DELLE LEZIONI	SOSPENSIONE DELLE LEZIONI
	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		
	merenda	Crackers + succo/Crostatina/Camilla	Budino al cioccolato/Yogurt intero alla frutta	Crackers + succo/Crostatina/Camilla		
		11 marzo 2019	12 marzo 2019	13 marzo 2019	14 marzo 2019	15 marzo 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
		18 marzo 2019	19 marzo 2019	20 marzo 2019	21 marzo 2019	22 marzo 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