

**Menù autunnale DPDB SCUOLA SECONDARIA 11-13 ANNI**

	<b>Lunedì</b>	<b>Martedì</b>	<b>Mercoledì</b>	<b>Giovedì</b>	<b>Venerdì</b>
<b>1° settimana</b>	-Pasta al sugo -Girello (o scaloppina di vitello) con limone -Bietole	-Pasta e piselli - Frittata -Finocchi	-Orecchiette con i broccoli -Merluzzo impanato	-Cous cous integrale con verdure e ceci -Hamburger di manzo	-Riso e zucca -Ricotta -Spinaci
<b>2° settimana</b>	<b>-Pasta e lenticchie</b> -Carote al vapore	-Riso con gli spinaci -Pesce all'acqua pazza -Insalata	-Pasta e cavolo -Uovo -Zucca al forno	-Pasta e piselli - Carne di vitello alla pizzaiola	-Pasta al ragù vegetale* - Pesce - Spinaci
<b>3° settimana</b>	-Pasta e lenticchie -Uovo -Bietole	-Pasta e zucca - Spezzatino di vitello -Insalata mista	-Riso e verza -Formaggio -Carote	- Pasta al sugo -Merluzzo gratinato -Cavolo (gratinato)	-Riso integrale con fagioli -Involtoni di pollo -Zucca arrostita
<b>4° settimana</b>	-Pasta e piselli -Pesce alla pizzaiola -Insalata di finocchi	-Riso al sugo - Frittata di uova e erbe - Insalata di carote	<b>- Pasta al forno con sugo di pomodoro, fiordilatte e parmigiano</b> -Scarole con capperi e olive	-Orecchiette con i broccoli -Bocconcini di tacchino -Insalata	-Riso con gli spinaci -Pesce con il pomodoro - Carote crude all'insalata
<b>5° settimana</b>	-Riso al sugo con piselli -Uovo - Bietole al pomodoro	-Pasta e fagioli - Coscia di pollo - Finocchi al forno gratinati	-Pasta al pesto - Merluzzo -Broccoli	Pasta e cavolo gratinata -Provolone -Insalata	-Pasta e ceci -Scaloppina di manzo al limone - Zucca al forno