

**Scuole Materne – Primarie - Secondarie**

**COMUNE VOGOGNA**

**Menù primavera - estate**

|           | 1^ settimana                                                                                                                                                      | 2^ settimana                                                                                                                             | 3^ settimana                                                                                                   | 4^ settimana                                                                                                                                 |
|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lunedì    | Verdure crude/verdure cotte all'olio<br><b>Pizza margherita</b><br>1/2 por. Formaggio (*)                                                                         | Pasta al pomodoro ( <b>per materna</b> )<br>Gnocchi di patate al pomodoro<br><b>Pesce (✓) gratinato/all'olio</b><br>Insalata verde/mista | Pasta integrale al pomodoro<br><b>Tortino/uova strapazzate</b><br>Carote e piselli all'olio                    | Pasta pomodoro e olive<br><b>Formaggio (*)</b><br>Fagiolini all'olio/in insalata                                                             |
| Martedì   | Pasta al pomodoro<br><b>Bovino adulto macinato/arrostato</b><br>Insalata di fagiolini/all'olio                                                                    | Pasta e <b>legumi/pomodoro e legumi</b><br><b>Formaggio (*)</b><br>Fagiolini all'olio/in insalata                                        | Risotto ai formaggi<br><b>Polpette/tortino di legumi</b><br>Insalata di pomodori                               | Crema di verdure con orzo/farro ( <b>per materna</b> )<br>Pasta/riso olio e parmigiano<br><b>Lonza al forno</b><br>Patate e verdure al forno |
| Mercoledì | Ravioli di magro burro e salvia<br><b>Polpette/tortino di legumi</b><br>Erbette all'olio/Insalata di pomodori                                                     | Riso alle verdure/al pomodoro<br><b>Pollo al forno/al limone</b><br>Zucchine all'olio                                                    | Pasta al pesto<br><b>Bocconcini/scaloppina di tacchino</b><br>Melanzane/Zucchine all'olio                      | Verdure e <b>Legumi</b> in umido/all'olio/in insalata<br><b>Lasagne/pasta pasticciata con ragù di carne</b>                                  |
| Giovedì   | Crema di zucchine con crostini/farro ( <b>per materna</b> )<br>Pasta integrale al ragù di verdure<br><b>Frittata/uova strapazzate</b><br>Patate e carote al forno | Passato di verdure con pasta ( <b>per materna</b> )<br>Pasta integrale pesto<br><b>Uova/Frittata/tortino</b><br>Carote e patate all'olio | Passato di verdure e legumi ( <b>per materna</b> )<br>Insalata mista con legumi<br>Pizza margherita+prosciutto | Risotto allo zafferano<br><b>Polpette di Pesce (✓) preparate in sede</b><br>Zucchine all'olio                                                |
| Venerdì   | Risotto al pomodoro<br><b>Pesce (✓) impanato forno</b><br>Insalata mista                                                                                          | Pasta pomodoro e ricotta<br><b>Legumi all'olio/in umido</b><br>Insalata di pomodori                                                      | Pasta agli aromi<br><b>Pesce (✓) al forno/pomodoro/al limone</b><br>Erbette saltate con olio                   | Pasta integrale ricotta e pomodoro<br><b>Uova strapazzate/Frittata/tortino</b><br>Insalata mista/verde                                       |

Il pranzo viene completato con **pane comune/integrale/multicereali** e **frutta fresca di stagione** (è consigliabile anticipare quest'ultima nello spuntino di metà mattina). 1 volta/settimana, preferibilmente in presenza di piatto unico o di primo piatto semplice, la frutta può essere sostituita con Yogurt o con un Dolce semplice tipo: budino, torta margherita, allo yogurt, crostata di frutta o marmellata, ecc.

(\*) Tipologie di formaggio: ricotta, mozzarella, formaggio fresco di capra, primosale, robiola, caciotta fresca, toma (tipo Crodo, ecc.), parmigiano reggiano, ecc.  
(✓) *Tipologie di pesce*: platessa, sogliola, palombo, nasello o merluzzo, cernia, pesce S. Pietro, pesce spada, trancio di tonno, ecc.

*Verdure per contorni, minestroni e primi piatti estivi*: insalate, pomodori, zucchine, fagiolini, erbe, spinaci, carote, peperoni, melanzane, sedano, ravanelli, ecc.

**Le verdure inserite nel menù possono essere preparate e servite cotte o crude**

Si consiglia di creare un calendario di rotazione per: formaggio; pesce; frutta e dolce

**Validità da A.S. 2026-2027**

18/08/2026

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE  
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE  
NUTRIZIONE

Si raccomanda:

- ✓ la diminuzione dell'utilizzo di sale nella preparazione dei pasti
- ✓ l'utilizzo esclusivo di sale iodato

Scuole Materne - Primarie - Secondarie

COMUNE VOGOGNA

Menù autunno - inverno

|           | 1^ settimana                                                                                                                          | 2^ settimana                                                                                                                 | 3^ settimana                                                                                                                               | 4^ settimana                                                                                                                                                                  |
|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lunedì    | Crema di verdure ( <b>per materna</b> )/<br>Verdure all'olio/in insalata<br><b>Pizza margherita</b><br><b>1/2 porz. Formaggio (*)</b> | Pasta al pomodoro ( <b>per materna</b> )<br>Gnocchi di patate al pomodoro<br><b>Frittata/tortino</b><br>Insalata verde/mista | Pasta integrale pomodoro<br><b>Pesce (✓) al forno/gratinato</b><br>Insalata mista/verde                                                    | Pasta alle verdure/al pomodoro<br><b>Tortino/frittata</b><br>Carote all'olio/in insalata                                                                                      |
| Martedì   | Risotto allo zafferano<br><b>Pesce (✓) impanato</b><br>Carote all'olio/in insalata                                                    | Pasta alla ricotta/al ragù<br><b>Legumi all'olio/in umido</b><br>Finocchi all'olio/in insalata                               | Polenta<br><b>Macinata di bovino adulto/arrosto bovino adulto</b><br>Carote all'olio/in insalata                                           | Risotto al pomodoro<br><b>Formaggio (*)</b><br>Insalata verde/mista                                                                                                           |
| Mercoledì | Ravioli di magro burro e salvia<br><b>Polpette/tortino di legumi</b><br>Insalata di finocchi/Finocchi all'olio                        | Riso olio/burro e parmigiano<br><b>Cosce di pollo/scaloppina</b><br>Cavolfiori/broccoli gratinati                            | Ravioli al pomodoro<br><b>Polpette/tortino di legumi</b><br>Fagiolini all'olio/in insalata                                                 | Passato di verdure e legumi<br>( <b>per materna</b> )<br>Insalata mista con <b>legumi</b><br><b>Lasagne/pasta pasticciata con ragù di carne</b>                               |
| Giovedì   | Passato di verdura con orzo<br><b>Arista arrosto/Scaloppine di maiale al limone</b><br>Patate al forno/all'olio                       | Pasta integrale al pomodoro<br><b>Pesce (✓) pomodoro/limone</b><br>Erbette/spinaci all'olio                                  | Crema di verdure e legumi ( <b>per materna</b> ) Verdure con<br><b>legumi all'olio/in insalata</b><br><b>Pizza margherita + prosciutto</b> | Pasta integrale al pomod. olive<br><b>Tachino arrosto/Scaloppina</b><br>Broccoli /Erbette all'olio                                                                            |
| Venerdì   | Pasta integrale pomodoro<br><b>Uova strapazzate/frittata</b><br>Insalata mista/verde                                                  | Passato di verdura <b>legumi e riso/crostini</b><br><b>Formaggio (*)</b><br>Patate prezzemolate/Purè                         | Risotto alle verdure/zucca<br><b>Uova strapazzate/frittata</b><br>Finocchi in insalata/all'olio                                            | Passato di verdure con farro/riso<br>( <b>per materna</b> )<br>Riso olio e parmigiano<br><b>Polpette di pesce (✓) preparate in sede</b><br>Patate e verdure all'olio/insalata |

Il pranzo viene completato con **pane comune/integrale/multicereali e frutta fresca di stagione** (è consigliabile anticipare quest'ultima nello spuntino di metà mattina). 1 volta/settimana, preferibilmente in presenza di piatto unico o di primo piatto semplice, la frutta può essere sostituita con Yogurt o con un Dolce semplice tipo: budino, torta margherita, allo yogurt, crostata di frutta o marmellata, ecc.

(\*) **Tipologie di formaggio:** ricotta, mozzarella, formaggio fresco di capra, primosale, robiola, caciotta fresca, toma (tipo Crodo, ecc.), parmigiano reggiano, ecc.

(✓) **Tipologie di pesce:** platessa, sogliola, palombo, nasello o merluzzo, cernia, pesce S. Pietro, pesce spada, trancio di tonno, ecc.

**Verdure per contorni, minestrone e primi piatti invernali:** insalate, zucca, erbe, spinaci, finocchi, cavolfiori, broccoli, carote, barbabietole, lattuga, indivia, verza, rape, cipolle e porri, ecc

**Le verdure inserite nel menù possono essere preparate e servite cotte o crude**

Si consiglia di creare un calendario di rotazione per: formaggio; pesce; frutta e dolce

Validità da A.S. 2026-2027

18/08/2026

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE  
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE  
NUTRIZIONE

Si raccomanda:

- ✓ la diminuzione dell'utilizzo di sale nella preparazione dei pasti
- ✓ l'utilizzo esclusivo di sale iodato