



REVISIONATO A SEGUITO DELLA SEDUTA DELLA COMMISSIONE MENSA DEL 20/11/2025
IN VIGORE A PARTIRE DA GIOVEDÌ 11/12/2025 6^ SETTIMANA



Menù Invernale

Scuola Secondaria - Comune di Corte Franca

Martedì

Giovedì

1	Penne integrali al pomodoro Mozzarella Insalata verde	Mezze maniche all'olio Bastoncini di merluzzo* al forno Carote julienne
2	Farfalle all'olio Frittata ai formaggi Carote al vapore	Penne integrali al pomodoro e basilico Fusi di pollo al forno Spinaci* al vapore
3	Penne all'olio Asiago Carote julienne	Tortiglioni al pesto rosso Burger vegetale* al pomodoro Carote al vapore
4	Penne integrali al pomodoro Rosa camuna Insalata verde	Focaccia Affettato di tacchino Carote julienne
5	Penne integrali al ragù di bovino Insalata verde	Riso al grana padano Mini burger di legumi gratinati Spinaci* al vapore
6	Fusilli tricolore all'olio Cotoletta di pollo Insalata verde	Pizza margherita Insalata verde

Tutti i pasti vengono completati con pane comune (**pane integrale il mercoledì**) non addizionato di grassi ed a ridotto contenuto di sale e frutta fresca. Nei giorni in cui è prevista la pizza o quando sono presenti un primo di verdure in brodo con cereali e le patate come contorno, viene proposta la mezza porzione di pane.

Per tutte le preparazioni viene utilizzato esclusivamente sale iodato e, ove necessario, verrà utilizzato **olio extra vergine d'oliva sia e crudo che in cottura**.

Verranno proposti almeno tre tipi diversi di frutta nell'arco della settimana a scelta tra: banana, mela, pera, arancia, mandarini (compatibilmente con la disponibilità di mercato).

Le preparazioni gastronomiche potrebbero contenere tracce di: cereali contenenti glutine, crostacei, uova, pesci, arachidi, soia, latte e lattosio, frutta con guscio, semi di sesamo, sedano, senape, solfiti e anidride solforosa, lupini, molluschi e prodotti a base di tutti i precedenti (In presenza di certificati medici comprovanti intolleranze/allergie vengono formulate apposite diete).

* **Materia prima di base congelata e/o surgelata.**

Aggiornato in data 25/11/2025- Validato da: Servizio Dietistico di Area



COMUNE DI CORTE FRANCA

Inverno

	<i>Lunedì</i>	<i>Martedì</i>	<i>Mercoledì</i>	<i>Giovedì</i>	<i>Venerdì</i>
1	Riso all'olio	Penne Integrali al pomodoro	Tortiglioni al pesto	Mezze maniche all'olio	Ravioli ricotta e spinaci* all'olio
	Frittata	Mozzarella	Mini Burger di legumi gratinati	Bastoncini di merluzzo* al forno	Burger vegetale*
	Carote al vapore	Insalata verde	Fagiolini* al vapore	Carote julienne	Insalata verde e finocchi julienne
	Pane	Pane	Pane integrale	Pane	Pane
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
2	Gnocchi al pomodoro	Farfalle all'olio	Pizza rossa	Penne integrali al pomodoro e basilico	Riso al grana padano
	Piselli* al vapore	Frittata ai formaggi	Asiago	Formaggio	Bastoncini di merluzzo* al forno
	Fagiolini* al vapore	Carote al vapore	Insalata verde	Spinaci* al vapore	Carote julienne
	Pane	Pane	Pane integrale	Pane	Pane
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
3	Riso al pomodoro	Penne all'olio	Penne integrali ai formaggi	Tortiglioni al pesto rosso	Fusilli all'olio
	Frittata	Asiago	Mini burger di merluzzo con salsa al limone	Burger vegetale* al pomodoro	Formaggio
	Spinaci* sabbati	Carote julienne	Fagiolini* al vapore	Carote al vapore	Insalata verde
	Pane	Pane	Pane integrale	Pane	Pane
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
4	Farfalle all'olio	Penne Integrali al pomodoro	Fusilli all'olio	Focaccia	Riso allo zafferano
	Lenticchie in umido	Rosa Camuna	Frittata	Formaggio	Bastoncini di merluzzo* al forno
	Carote al vapore	Insalata verde	Spinaci* al vapore	Carote julienne	Fagiolini* al vapore
	Pane	Pane	Pane integrale	Pane	Pane
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
5	Fusilli al pesto	Penne integrali all'olio	Gnocchi al pomodoro	Riso al grana padano	Farfalle all'olio
	Frittata	Formaggio	Mozzarella	Mini Burger di legumi gratinati	Bastoncini di merluzzo* al forno
	Carote al vapore	Insalata verde	Fagiolini* al vapore	Spinaci* al vapore	Carote julienne
	Pane	Pane	Pane integrale	Pane	Pane
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
6	Ravioli ricotta e spinaci* al burro e salvia	Fusilli tricolore all'olio	Riso all'olio	Pizza margherita	Penne Integrali al pomodoro
	Burger vegetale* al pomodoro	Legumi* al vapore	Frittata ai formaggi		Asiago
	Fagiolini* al vapore	Insalata verde	Patate al vapore		Carote julienne
	Pane	Pane	Pane integrale		Pane
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca		Frutta fresca



	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1	Riso all'olio	Penne Integrali al pomodoro	Tortiglioni al pesto	Mezze maniche all'olio	Ravioli ricotta e spinaci* all'olio
	Frittata	Mozzarella	Mini Burger di legumi gratinati	Formaggio	Burger vegetale*
	Carote al vapore	Insalata verde	Fagiolini* al vapore	Carote julienne	Insalata verde e finocchi julienne
	Pane	Pane	Pane integrale	Pane	Pane
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
2	Gnocchi al pomodoro	Farfalle all'olio	Pizza rossa	Penne integrali al pomodoro e basilico	Riso al grana padano
	Piselli* al vapore	Frittata ai formaggi	Asiago	Formaggio	Legumi* al vapore
	Fagiolini* al vapore	Carote al vapore	Insalata verde	Spinaci* al vapore	Carote julienne
	Pane	Pane	Pane integrale	Pane	Pane
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
3	Riso al pomodoro	Penne all'olio	Penne integrali ai formaggi	Tortiglioni al pesto rosso	Fusilli all'olio
	Frittata	Asiago	Legumi* al vapore	Burger vegetale* al pomodoro	Formaggio
	Spinaci* sabbati	Carote julienne	Fagiolini* al vapore	Carote al vapore	Insalata verde
	Pane	Pane	Pane integrale	Pane	Pane
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
4	Farfalle all'olio	Penne Integrali al pomodoro	Fusilli all'olio	Focaccia	Riso allo zafferano
	Lenticchie in umido	Rosa Camuna	Frittata	Formaggio	Legumi* al vapore
	Carote al vapore	Insalata verde	Spinaci* al vapore	Carote julienne	Fagiolini* al vapore
	Pane	Pane	Pane integrale	Pane	Pane
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
5	Fusilli al pesto	Penne integrali all'olio	Gnocchi al pomodoro	Riso al grana padano	Farfalle all'olio
	Frittata	Formaggio	Mozzarella	Mini Burger di legumi gratinati	Legumi* al vapore
	Carote al vapore	Insalata verde	Fagiolini* al vapore	Spinaci* al vapore	Carote julienne
	Pane	Pane	Pane integrale	Pane	Pane
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
6	Ravioli ricotta e spinaci* al burro e salvia	Fusilli tricolore all'olio	Riso all'olio	Pizza margherita	Penne Integrali al pomodoro
	Burger vegetale* al pomodoro	Legumi* al vapore	Frittata ai formaggi		Asiago
	Fagiolini* al vapore	Insalata verde	Patate al vapore	Insalata verde	Carote julienne
	Pane	Pane	Pane integrale	Pane	Pane
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca



	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1	Riso all'olio	Penne Integrali al pomodoro	Tortiglioni all'olio	Mezze maniche all'olio	Pasta all'olio
	Legumi* al vapore	Legumi* al vapore	Mini Burger di legumi al forno	Legumi* al vapore	Burger vegetale*
	Carote al vapore	Insalata verde	Fagiolini* al vapore	Carote julienne	Insalata verde e finocchi julienne
	Pane	Pane	Pane integrale	Pane	Pane
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
2	Pasta al pomodoro	Farfalle all'olio	Pizza rossa	Penne integrali al pomodoro e basilico	Riso all'olio
	Piselli* al vapore	Legumi* al vapore	Legumi* al vapore	Legumi* al vapore	Legumi* al vapore
	Fagiolini* al vapore	Carote al vapore	Insalata verde	Spinaci* al vapore	Carote julienne
	Pane	Pane	Pane integrale	Pane	Pane
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
3	Riso al pomodoro	Penne all'olio	Pasta all'olio	Pasta al pomodoro	Fusilli all'olio
	Legumi* al vapore	Legumi* al vapore	Legumi* al vapore	Burger vegetale* al pomodoro	Legumi* al vapore
	Spinaci* al vapore	Carote julienne	Fagiolini* al vapore	Carote al vapore	Insalata verde
	Pane	Pane	Pane integrale	Pane	Pane
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
4	Farfalle all'olio	Penne Integrali al pomodoro	Fusilli all'olio	Focaccia	Riso all'olio
	Lenticchie in umido	Legumi* al vapore	Legumi* al vapore	Legumi* al vapore	Legumi* al vapore
	Carote al vapore	Insalata verde	Spinaci* al vapore	Carote julienne	Fagiolini* al vapore
	Pane	Pane	Pane integrale	Pane	Pane
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
5	Fusilli all'olio	Penne integrali all'olio	Pasta al pomodoro	Riso all'olio	Farfalle all'olio
	Legumi* al vapore	Legumi* al vapore	Legumi* al vapore	Mini Burger di legumi al forno	Legumi* al vapore
	Carote al vapore	Insalata verde	Fagiolini* al vapore	Spinaci* al vapore	Carote julienne
	Pane	Pane	Pane integrale	Pane	Pane
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
6	Pasta all'olio	Fusilli tricolore all'olio	Riso all'olio	Pizza rossa	Penne Integrali al pomodoro
	Burger vegetale* al pomodoro	Legumi* al vapore	Legumi* al vapore	Legumi* al vapore	Legumi* al vapore
	Fagiolini* al vapore	Insalata verde	Patate al vapore	Insalata verde	Carote julienne
	Pane	Pane	Pane integrale	Pane	Pane
	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca

NON AGGIUNGERE GRANA ALLE PREPARAZIONI E ALTRI ALIMENTI DI ORIGINE ANIMALE



COMUNE DI CORTE FRANCA
Martedì

Inverno

Giovedì

1	Pasta sz glutine al pomodoro	Pasta sz glutine all'olio
	Mozzarella	Bastoncini di merluzzo* NO GLUTINE
	Insalata verde	Carote julienne
	Pane o fette sz glutine o gallette di riso e frutta fresca	Pane o fette sz glutine o gallette di riso e frutta fresca
2	Pasta sz glutine all'olio	Pasta sz glutine al pomodoro e basilico
	Frittata ai formaggi	Fusi di pollo al forno
	Carote al vapore	Spinaci* al vapore
	Pane o fette sz glutine o gallette di riso e frutta fresca	Pane o fette sz glutine o gallette di riso e frutta fresca
3	Pasta sz glutine all'olio	Pasta sz glutine al pesto rosso
	Asiago	Legumi* al vapore NO GLUTINE
	Carote julienne	Carote al vapore
	Pane o fette sz glutine o gallette di riso e frutta fresca	Pane o fette sz glutine o gallette di riso e frutta fresca
4	Pasta sz glutine al pomodoro	Focaccia NO GLUTINE
	Rosa Camuna	Affettato di tacchino
	Insalata verde	Carote julienne
	Pane o fette sz glutine o gallette di riso e frutta fresca	Pane o fette sz glutine o gallette di riso e frutta fresca
5	Pasta sz glutine al ragù di bovino	Riso al grana padano
	Insalata verde	Legumi* al vapore NO GLUTINE
	Pane o fette sz glutine o gallette di riso e frutta fresca	Spinaci* al vapore
		Pane o fette sz glutine o gallette di riso e frutta fresca
6	Pasta sz glutine all'olio	Pizza margherita SZ GLUTINE
	Cotoletta di pollo al forno NO GLUTINE	
	Insalata verde	Insalata verde
	Pane o fette sz glutine o gallette di riso e frutta fresca	Pane o fette sz glutine o gallette di riso e frutta fresca

NON AGGIUNGERE A NESSUNA PREPARAZIONE INGREDIENTI CONTENENTI GLUTINE (vedi ad es. farina, pane grattugiato...) - LEGGERE ATTENTAMENTE L'ETICHETTATURA DEI PRODOTTI UTILIZZATI PER ESCLUDERE LA POSSIBILE PRESENZA, ANCHE IN TRACCE, DELL'ALLERGENE



COMUNE DI CORTE FRANCA

Martedì

Inverno

Giovedì

1	Penne integrali al pomodoro NO GRANA	Mezze maniche all'olio NO GRANA
	Prosciutto cotto	Bastoncini di merluzzo* al forno NO LATTICINI
	Insalata verde	Carote julienne
	Pane e frutta fresca	Pane e frutta fresca
2	Farfalle all'olio NO GRANA	Penne integrali al pomodoro e basilico NO GRANA
	Frittata NO LATTICINI	Fusi di pollo al forno
	Carote al vapore	Spinaci* al vapore
	Pane e frutta fresca	Pane e frutta fresca
3	Penne all'olio NO GRANA	Tortiglioni al pomodoro NO GRANA
	Prosciutto cotto	Burger vegetale* al pomodoro
	Carote julienne	Carote al vapore
	Pane e frutta fresca	Pane e frutta fresca
4	Penne integrali al pomodoro NO GRANA	Focaccia
	Prosciutto cotto	Affettato di tacchino
	Insalata verde	Carote julienne
	Pane e frutta fresca	Pane e frutta fresca
5	Penne integrali al ragù di bovino NO GRANA	Riso all'olio NO GRANA
	Insalata verde	Mini Burger di legumi al forno
	Pane e frutta fresca	Spinaci* al vapore
		Pane e frutta fresca
6	Fusilli tricolore all'olio NO GRANA	Pizza rossa
	Cotoletta di pollo al forno NO LATTICINI	Affettato di tacchino
	Insalata verde	Insalata verde
	Pane e frutta fresca	Pane e frutta fresca

NON AGGIUNGERE A NESSUNA PREPARAZIONE LATTICINI (vedi ad es. latte, burro, formaggio...) E PREPARATO PER PURE" - LEGGERE ATTENTAMENTE L'ETICHETTATURA DEI PRODOTTI UTILIZZATI PER ESCLUDERE LA POSSIBILE PRESENZA, ANCHE IN TRACCE, DELL'ALLERGENE