



MENU' SCOLASTICO AUTUNNO 2025

COMUNE DI COMO PRIVO DI GLUTINE E LATTE

Scuole dell'infanzia ,primarie e secondarie di 1 °grado



	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1° SETTIMANA	Pasta al pesto* senza glutine	Passato di verdure* con riso	Pizza rossa senza glutine	Riso all'olio	Pasta agli aromi
	Platessa gratinata* al mais	Lonza alla pizzaiola	prosciutto cotto	Frittata ai porri senza latte	Legumi in umido
	Broccoli e carote all'olio *	Patate al forno	Insalata verde	Erbette aromatizzate *	Insalata verde,carote julienne e mais
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
	Pane senza glutine	Pane senza glutine	Pane senza glutine	Pane senza glutine	Pane senza glutine
	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
2° SETTIMANA	Pasta agli aromi senza glutine	Vellutata di carote* con riso	Pasta al pomodoro senza glutine	Riso allo zafferano senza latte	Pasta all'olio senza glutine
	Pesce * gratinato	Petto di pollo panato al mais	Frittata con gli spinaci senza latte	Legumi agli aromi	Filetto di nasello gratinato * al mais
	Insalata verde	Fagiolini all'olio *	Cavolo capuccio bianco e rosso	Carote all'olio *	Biete all'olio *
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
	Pane senza glutine	Pane senza glutine	Pane senza glutine	Pane senza glutine	Pane senza glutine
	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
3° SETTIMANA	Pasta al pomodoro senza glutine	Polenta	Pasta all'olio senza glutine	Pizza rossa senza glutine	Crema di cannellini con ditalini senza glutine
	Uova sode	Bruscit di carne bovina	Filetto di platessa/passera panato* al mais	prosciutto cotto	
	Insalata mista	Carote aromatizzate *	Fagiolini e cavolfiori all'olio*	Spinaci all'olio *	Insalata verde
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
	Pane senza glutine	Pane senza glutine	Pane senza glutine	Pane senza glutine	Pane senza glutine
	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
4°SETTIMANA	Pasta pomodoro e basilico* senza glutine	Riso alla zucca *	Pasta al ragu' di carne rossa senza glutine	Pasta con allo zafferano senza glutine	Crema di verdure* con riso
	Piselli in umido *	Frittata con verdure senza latte		Filetto di platessa/passera panato* al mais	Arrosto di tacchino con salsa alle mele
	Carote trifolate *	Insalata verde e mais	Broccoli e cavolfiori all'olio*	Fagiolini all'olio *	Patate al uapore prezzemolate
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
	Pane senza glutine	Pane senza glutine	Pane senza glutine	Pane senza glutine	Pane senza glutine

Menù in vigore dal 03/11/2025 al 31/12/2025

al fine di garantire le esigenze etico/sanitarie il menù potrebbe subire variazioni a causa di problemi con la fornitura

Prodotto gelo *