



COMUNE DI RECANATI
PROGRAMMAZIONE
SERVIZI SCOLASTICI

MENSA SCOLASTICA RECANATI
MENU' VEGANO PRIMAVERA-ESTATE

COMITATO MENSA RECANATI
E-MAIL: comitatomensarecanati@gmail.com
FACEBOOK: Comitato Mensa Recanati 2017/2019

LUNEDI' 1A	MARTEDI' 1A	MERCOLEDI' 1A	GIOVEDI' 1A	VENEDI' 1A
Pasta semi rti con sugo pomodori e olive Cotolette impanate al patate e carrellini Pomodori e carciofi Frutta	Farro con pesto di zucchine Crema di lenticchie rosse Carote julienne Frutta	Pasta alle crema di melanzane Farinata di ceci con semi Zucchine trifolate Frutta	Pasta ai carciofi Polpettine di lenticchie in umido Insalata mista Frutta	Orzo al pomodoro Burger di miglio e piselli Fagiolini all'aglio Frutta
LUNEDI' 2A	MARTEDI' 2A	MERCOLEDI' 2A	GIOVEDI' 2A	VENEDI' 2A
Pasta di farro al ragù vegetale Polpettine di lenticchie e melanzane Paddellata di verdure Frutta	Pasta semi rti e piselli Tortino di verdure Insalata verde Frutta	Gnocchi pomodoro e basilico Farinata di ceci con zucchine Spinaci Frutta	Riso con carote Cotolette di legumi patate arrosto Frutta	Pasta con zucchine Daddolata di tofu affumicato e lenticchie Carote julienne Frutta
LUNEDI' 3A	MARTEDI' 3A	MERCOLEDI' 3A	GIOVEDI' 3A	VENEDI' 3A
Pasta di limone Crema di ceci Daddolata di pomodori conditi Frutta	Orzo alla milanese Polpettore ai borfiori Insalata mista Frutta	Minestrina dell'orto Pizza pomodoro e verdure Carote prezzemolate Frutta	Pasta semi rti con sugo pomodori e olive Polpettine di lenticchie in umido Pomodori e carciofi Frutta	Risotto agli spinaci Cotolette impanate patate e carrellini Zucchine al forno Frutta
LUNEDI' 4A	MARTEDI' 4A	MERCOLEDI' 4A	GIOVEDI' 4A	VENEDI' 4A
Riso con zucchine Burger di carrellini Insalata verde Frutta	Gnocchi al pomodoro e basilico Crema di piselli Carapaccio di funghi al limone Torta veg alle mele	Pasta di farro ai carciofi Polpettine di lenticchie e melanzane Zucchine trifolate Frutta	Pasta semi rti con lenticchie rosse Tortino di verdure Carote julienne Frutta	Pasta al ragù vegetale Crocchette di ceci e carote Spinaci all'aglio Frutta
LUNEDI' 5A	MARTEDI' 5A	MERCOLEDI' 5A	GIOVEDI' 5A	VENEDI' 5A
Risotto ai piselli Verdure gratinate Pomodori e carciofi Frutta	Pasta di farro al pesto di basilico Crema di ceci Carote julienne Frutta	Pasta semi rti con sugo di pomodoro e olive Cotolette impanate al patate e carrellini Pomodori arrosto Frutta	Pasta alle crudaiole Polpettore di lenticchie con salsa di carote Insalata mista Frutta	Pasta con pesto di zucchine Farinata di ceci ai semi Paddellata di verdure estive Frutta
LUNEDI' 6A	MARTEDI' 6A	MERCOLEDI' 6A	GIOVEDI' 6A	VENEDI' 6A
Pasta al pomodoro e basilico Crema di lenticchie rosse Patate arrosto Frutta	Orzo con carote Bastoncini di tofu impanato con cornflakes Spinaci Frutta	Pasta con crema di melanzane Crocchette di legumi Daddolata di pomodori conditi Frutta	Gnocchi al ragù vegetale Tortino di verdure Fagiolini al vapore Frutta	Risotto con zuccina Polpettine di lenticchie e melanzane Carote prezzemolate Frutta
LUNEDI' 7A	MARTEDI' 7A	MERCOLEDI' 7A	GIOVEDI' 7A	VENEDI' 7A
Pasta semi rti ai carciofi Polpettore ai borfiori Pomodori e carciofi Frutta	Pasta di farro al ragù vegetale Crocchette di ceci e carote Carapaccio di funghi al limone Frutta	Orzo al pomodoro Polpettine di lenticchie in umido Insalata mista Frutta	Minestrina dell'orto Pizza pomodoro e verdure Carote julienne Frutta	Pasta alla norma Farinata di ceci con zucchine Daddolata di pomodori conditi Frutta
LUNEDI' 8A	MARTEDI' 8A	MERCOLEDI' 8A	GIOVEDI' 8A	VENEDI' 8A
Pasta alla ciuchola Polpettine di funghi e legumi Insalata verde Frutta	Pasta vegetale Crocchette di legumi Pomodori arrosto Frutta	Pasta semi rti con pomodoro e basilico Crema di piselli Zucchine al forno Frutta	Pasta al limone Burger di carrellini Spinaci Torta veg al cacao	Farro con pesto di zucchine Polpettine di lenticchie con salsa di carote Insalata mista

#VALOREI



COMUNE DI RECANATI
PROGRAMMAZIONE
SERVIZI SCOLASTICI

MENSA SCOLASTICA RECANATI
MENU' VEGANO AUTUNNO-INVERNO

COMITATO MENSA RECANATI
E-MAIL: comitatomensarecanati@gmail.com
FACEBOOK: Comitato Mensa Recanati 2017/2019

LUNEDI' 1* Pasta semi int. al pomodoro farinata di ceci al rosmarino Insalata mista Frutta	MARTEDI' 1* passato di verdure con farro Polpettine ai funghi Insalata di finocchi arance e olive Frutta	MERCOLEDI' 1* Pasta al ragu' vegetale lenticchie in umido Bietola all'olio Frutta	GIOVEDI' 1* Pasta con crema di ceci dabbolati di verdure al forno Carote julienne Frutta	VENERDI' 1* Orzotto con spinaci burger di cannellini Cavolfiore allo yogurt vegetale Frutta
LUNEDI' 2* Pasta di farro al pesto invernale Crocchette di ceci e carote Spinaci all'aglio Frutta	MARTEDI' 2* Passato di legumi, verdure e cereali pizza al pomodoro Insalata mista Frutta	MERCOLEDI' 2* Pasta con ragu' di lenticchie Tonino di verdure Zucca arrosto Frutta	GIOVEDI' 2* Risotto semi int. ai funghi pasta di patate purè di patate Frutta	VENERDI' 2* Gnocchi ai ragu' vegetale Bastoncini di lotto panato con com flakes Carote julienne Frutta
LUNEDI' 3* Pasta con sugo di pomodori e olive Cotolette impanate con patate e cannellini Pardielato di verdure al forno Frutta	MARTEDI' 3* Passato di verdure con orzo Crema di ceci Carpaccio di finocchi al limone Torta veg al cacao Frutta	MERCOLEDI' 3* Cous cous al pomodoro Lenticchia e zucca Insalata di cavolo cappuccio carote e arance Frutta	GIOVEDI' 3* Pasta semi int. al pesto di spinaci Polpettine di funghi e tagliati Bietole e patate Frutta	VENERDI' 3* Riso con crema di porri Farinata di ceci con semi Insalata verde Frutta
LUNEDI' 4* Orzotto ai sapori dell'orto Burger di cannellini Insalata con carote mele e noci Frutta	MARTEDI' 4* Gnocchi al pomodoro Crema di lenticchie rosse Spinaci all'aglio Frutta	MERCOLEDI' 4* Pasta semi int. ai ragu' lumè Polpettine ai borlotti Insalata di finocchi arance e olive Frutta	GIOVEDI' 4* Minestrina di fave ceci bietole e funghi Tonino di verdure Pure di cavolfiore Frutta	VENERDI' 4* Pasta al ragu' vegetale Polpettine di lenticchie con salsa di carote Insalata mista Frutta
LUNEDI' 5* Risotto semi int. allo milanese Polpettine di funghi e fagioli Zucca arrosto Frutta	MARTEDI' 5* Pasta al ragu' vegetale Piselli in padella Bietole e patate Frutta	MERCOLEDI' 5* Pasta semi int. con pesto invernale Farinata di ceci al rosmarino Carote julienne Frutta	GIOVEDI' 5* Pasta di farro al pomodoro Cotolette impanate di patate e cannellini Insalata mista con semi Frutta	VENERDI' 5* Pasta al forno con verdure Dabbolati di totù affumicato e lenticchie Spinaci Frutta
LUNEDI' 6* Passato di verdure con orzo Crocchette di ceci e carote Insalata di finocchi arance e olive Frutta	MARTEDI' 6* Gnocchi al pomodoro Crema di ceci Carote julienne Frutta	MERCOLEDI' 6* Pasta con pesto di spinaci Polpettine di lenticchie in umido Cavolfiore allo yogurt vegetale Frutta	GIOVEDI' 6* Passato di verdure, legumi e cereali Pizza al rosmarino Insalata mista Frutta	VENERDI' 6* Riso con crema di porri Burger di cannellini Spinaci all'aglio Frutta
LUNEDI' 7* Pasta al forno con verdure Piselli in padella Patate arrosto Frutta	MARTEDI' 7* Farro ai sapori dell'orto Farinata di ceci con semi Insalata con carote mele e noci Frutta	MERCOLEDI' 7* Orzotto con spinaci Polpettine di lenticchie con salsa di carote Insalata mista con semi Frutta	GIOVEDI' 7* Pasta con crema di ceci Tonino di verdure Insalata di finocchi arance e olive Torta veg alle mele	VENERDI' 7* Pasta semi int. al ragu' vegetale Polpettine di funghi e fagioli Purè di cavolfiore Frutta
LUNEDI' 8* Pasta con pesto invernale Polpettine di lenticchie in umido Insalata mista con semi Frutta	MARTEDI' 8* Risotto semi int. alla milanese Polpettine ai borlotti Spinaci all'aglio Frutta	MERCOLEDI' 8* Passato di verdure, legumi e cereali Pardielato di verdure al forno Insalata di cavolo cappuccio, carote e arance Frutta	GIOVEDI' 8* Gnocchi ai ragu' vegetale Crema di ceci Carpaccio di finocchi al limone Frutta	VENERDI' 8* Passato di verdure con farro Cotolette impanate di patate e cannellini Carote julienne Frutta

#VALOREI