

**Provincia di Parma****CENTRO ESTIVO (giugno - luglio - agosto- settembre 2022)****Anno Scolastico 2021/2022**

COMUNE DI FIDENZA

scuola primaria



Revisione 19/05/2021

|     | giorno    | sett | spuntino      | primi                           | secondi                          | pane                  | contorni                     |
|-----|-----------|------|---------------|---------------------------------|----------------------------------|-----------------------|------------------------------|
| LUN | 11/7      | 1    | Frutta fresca | Pizza margherita (p.unico)      | insalatona c/olive/mais          |                       |                              |
| MAR | 12/7      |      | Frutta fresca | Riso olio e parmigiano          | filetto di nasello al forno      | pane comune           | Zucchine trifolate           |
| MER | 13/7      |      | Frutta fresca | pasta al pesto                  | polpettine di carne              | pane <u>integrale</u> | fagiolini al vapore          |
| GIO | 14/7      |      | Frutta fresca | Pasta integrale al pomodoro     | Arrosto di maiale (p.tto freddo) | pane comune           | Misto crudo                  |
| VEN | 15/7      |      | Frutta fresca | Pasta e fagioli (asciutta)      | Crocchette di verdura            | pane comune           | Insalata e mais              |
| LUN | 13/6-18/7 | 2    | Frutta fresca | Gnocchi di patate al pomodoro   | Prosciutto cotto                 | pane <u>integrale</u> | Carote crude/cotte           |
| MAR | 14/6-19/7 |      | Frutta fresca | Pasta alle zucchine             | Crocchette di legumi             | pane comune           | Pomodori                     |
| MER | 15/6-20/7 |      | Frutta fresca | orzo al pomodoro                | Cotoletta di pollo               | pane comune           | pomodori / cetrioli/peperoni |
| GIO | 16/6-21/7 |      | Frutta fresca | Pizza margherita (p.unico)      | insalatona c/olive/mais          | pane comune           |                              |
| VEN | 17/6-22/7 |      | Frutta fresca | Pasta c/olive                   | filetto di merluzzo al forno     | pane comune           | misto crudo                  |
| LUN | 20/6-25/7 | 3    | Frutta fresca | pasta al pesto                  | Lenticchie stufate               | pane comune           | carote cotte/crude           |
| MAR | 21/6-26/7 |      | Frutta fresca | Pasta integrale alle verdure    | filetto di nasello al forno      | pane comune           | pomodori                     |
| MER | 22/6-27/7 |      | Frutta fresca | Riso al pomodoro                | Arrosto di maiale                | pane comune           | Zucchine trifolate           |
| GIO | 23/6-28/7 |      | Frutta fresca | tortelli di patate              | frittata al forno                | pane comune           | Misto crudo                  |
| VEN | 24/6-29/7 |      | Frutta fresca | Pasta olio e parmigiano         | Cotoletta di pollo               | pane <u>integrale</u> | insalata                     |
| LUN | 27/6-22/8 | 4    | Frutta fresca | pasta c/pomodorini e mozzarella | Prosciutto cotto                 | pane comune           | Insalata verde               |
| MAR | 28/6-23/8 |      | Frutta fresca | Pizza margherita (p.unico)      | insalatona c/olive/mais          | -                     |                              |
| MER | 29/6-24/8 |      | Frutta fresca | pasta c/pom e olive             | Cotoletta di pollo               | pane comune           | Zucchine trifolate           |
| GIO | 30/6-25/8 |      | Frutta fresca | pasta fredda                    | crocchette di pesce              | pane comune           | Carote cotte/crude           |
| VEN | 1/7-26/8  |      | Frutta fresca | Riso al pomodoro                | Lenticchie stufate               | pane <u>integrale</u> | Misto crudo                  |
| LUN | 4/7- 29/8 | 5    | Frutta fresca | Pasta integrale alle melanzane  | Formaggio a rotazione            | pane comune           | Pomodori                     |
| MAR | 5/7-30/8  |      | Frutta fresca | pasta al pesto                  | Cotoletta di pollo               | pane comune           | contorno misto al vapore     |
| MER | 6/7-31/8  |      | Frutta fresca | Pasta olio e parmigiano         | corocchette di legumi            | pane comune           | Insalata verde               |
| GIO | 7/7-1/9   |      | Frutta fresca | ravioli al burro e salvia       | frittata al forno                | pane <u>integrale</u> | tris di verdura              |
| VEN | 8/7-2/9   |      | Frutta fresca | insalata di riso                | filetto di merluzzo al forno     | pane comune           | Misto crudo                  |

Le tipologie di pesce indicate potranno essere sostituite con Platessa/Halibut (nasello per il comune di fidenza) , a seconda del gradimento.

Il secondo piatto " Formaggio da pasto" sarà composto da Parmigiano ed un'altra tipologia di formaggio a rotazione fra Asiago/Caciotta/Mozzarella/Ricotta

Le verdure indicate potrebbero subire delle variazioni in seguito all'andamento stagionale.