



06/09/2023

menù invernale Comune di Gressoney St Jeans AS 2023_24

	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
	pasta al ragù vegetale	riso alle mele e parmigiano/pomodoro		passato di verdure	lasagne di magro al forno
	formaggio locale DOP	hamburger		bocconcini di pollo alle erbe	merluzzo alla mugnaia/pomodoro
I SETTIMANA	Tris di verdure (invernali)	cavolfini		patate al forno	carote lessate/saltate
	pane integrale Yogurt	pane frutta fresca		pane Torta	pane integrale frutta fresca
	pasta al pomodoro e basilico	pasta al pesto		pasta al burro VdA	gnocchi al pomodoro
	prosciutto cotto/crudo	arrosto di tacchino al latte		lonza al forno	sogliola panata
II SETTIMANA	spinaci filanti	insalata cavolo cappuccio, carote e finocchi		Verdure di stagione al forno (no patate)	insalata radicchio con mele e noci
	pane integrale	pane		pane	pane integrale
	budino vaniglia/cioccolato	frutta fresca		frutta fresca	yogurt
	passato di verdure	pizza margherita		polenta	pasta all'olio EVO e parmigiano
	petto pollo al limone			spezzatino	persico dorato al forno
III SETTIMANA	purea di patate	insalata mista		carote e piselli	tris di verdure invernali saltate
	pane	pane integrale		pane	pane integrale
	frutta fresca	yogurt		frutta fresca	frutta fresca
	risotto alla zucca	crema di verdure		pasta al pesto	pasta al pomodoro e basilico
	omelette con verdure	rolata di vitello		tacchino agli aromi	nasello al forno
IV SETTIMANA	carote in insalata	patate al forno		spinaci all'olio	insalata di finocchi con arance
	pane integrale	pane		pane	pane integrale
	budino vaniglia/cioccolato	frutta fresca		yogurt	frutta fresca

menù estivo Comune di Gressoney St Jeans AS 2023_24

	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
	pasta al ragu vegetale	risotto allo zafferano	(solo per il centro estivo) pasta integrale al pomodoro	passato di verdura con crostini	ravioli di magro burro e salvia
	hamburger di vitello	caprese	frittata di verdure al forno	torta salata	sogliola/platessa al forno
I SETTIMANA	verdure stufate		insalata di carote	pomodori in insalata	insalata mista
	pane	pane integrale	pane	pane integrale	pane
	frutta fresca	budino	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca
	pasta al pesto di basilico fresco	orzotto all'ortolana	pasta alla norma (pomodori e melanzane)	Insalata di pasta e legumi	crema di zucchini
	polpette di carne al pomodoro	uovo sodo	prosciutto cotto		tonno all'olio
II SETTIMANA	insalata verde	fagiolini in insalata	tris di verdure (estive)	insalata	insalata di patate
	pane	pane integrale	pane	pane integrale	pane
	frutta fresca	macedonia con gelato	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca
	pasta pomodori e zucchini	risotto e piselli	pasta al pesto di basilico fresco	crema di verdure con riso	pasta al ragù vegetale
	fettine di maiale agli aromi	//	caprese	bocconcini di tacchino in umido	polpette di pesce
III SETTIMANA	insalata arlecchino	carote in padella		purea di patate	fagiolini trifolati
	pane	pane integrale	pane	pane integrale	pane
	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	torta
	gnocchi al pomodoro	insalata di riso	pasta al pomodoro	pizza margherita	pasta al burro VdA
	prosciutto crudo e melone	//	rolata di tacchino	insalata verde	merluzzo al forno
IV SETTIMANA	verdure miste grigliate	pomodori in insalata	zucchine all'olio		carote in insalata
	pane	pane integrale	pane		pane
	frutta fresca	gelato alla frutta	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca



06/09/2023

Comune di Gressoney St Jean AS 2023_24
Dieta vegetariana

menù invernale- dieta vegetariana					
	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
	pasta al ragu vegetale	riso alle mele e parmigiano/pomodoro		passato di verdure	lasagne di magro al forno
	formaggio locale DOP	hamburger/ cotoletta di soia		polpettine di legumi	merluzzo alla mugnaia/pomodoro
I SETTIMANA	Tris di verdure (invernali)	cavolfiori		patate al forno	carote lessate/saltate
	pane integrale	pane		pane	pane integrale
	Yogurt	frutta fresca		Torta	frutta fresca
	pasta al pomodoro e basilico	pasta al pesto		pasta al burro VdA	gnocchi al pomodoro
	Tonno al naturale	Formaggio fresco		piselli in umido	sogliola panata
II SETTIMANA	spinaci filanti	insalata cavolo cappuccio, carote e finocchi		Verdure di stagione al forno (no patate)	insalata radicchio con mele e noci
	pane integrale	pane		pane	pane integrale
	budino vaniglia/cioccolato	frutta fresca		frutta fresca	yogurt
	passato di verdure	pizza margherita		polenta	pasta all'olio EVO e parmigiano
	polpettine di legumi			Formaggio	persico dorato al forno
III SETTIMANA	purea di patate	insalata mista		carote e piselli	tris di verdure invernali saltate
	pane	pane integrale		pane	pane integrale
	frutta fresca	yogurt		frutta fresca	frutta fresca
	risotto alla zucca	crema di verdure		pasta al pesto	pasta al pomodoro e basilico
	omelette con verdure	Tonno al naturale		Formaggio	nasello al forno
IV SETTIMANA	carote in insalata	patate al forno		spinaci all'olio	insalata di finocchi con arance
	pane integrale	pane		pane	pane integrale
	budino vaniglia/cioccolato	frutta fresca		yogurt	frutta fresca

as valao Azienda USL della Valle d'Aosta.PROTOCOLLO.U.0079624.06-09-2023

menù estivo dieta vegetariana					
	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
			(solo per il centro estivo)		
	pasta al ragu vegetale	risotto allo zafferano	pasta integrale al pomodoro	passato di verdura con crostini	ravioli di magro burro e salvia
	hamburger/ cotoletta di soia	caprese	frittata di verdure al forno	torta salata	sogliola/platessa al forno
I SETTIMANA	verdure stufate		insalata di carote	pomodori in insalata	insalata mista
	pane	pane integrale	pane	pane integrale	pane
	frutta fresca	budino	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca
	pasta al pesto di basilico fresco	orzotto all'ortolana	pasta alla norma (pomodori e melanzane)	Insalata di pasta e legumi	crema di zucchine
	Polpette di legumi	uovo sodo	formaggio fresco		tonno all'olio
II SETTIMANA	insalata verde	fagiolini in insalata	tris di verdure (estive)	insalata	insalata di patate
	pane	pane integrale	pane	pane integrale	pane
	frutta fresca	macedonia con gelato	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca
	pasta pomodori e zucchine	risotto e piselli	pasta al pesto di basilico fresco	crema di verdure con riso	pasta al ragu vegetale
	hamburger/ cotoletta di soia	//	caprese	piselli in umido	polpette di pesce
III SETTIMANA	insalata arlecchino	carote in padella		purea di patate	fagiolini trifolati
	pane	pane integrale	pane	pane integrale	pane
	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	torta
	gnocchi al pomodoro	insalata di riso	pasta al pomodoro	pizza margherita	pasta al burro VdA
	formaggio	//	Polpette di legumi	insalata verde	merluzzo al forno
IV SETTIMANA	verdure miste grigliate	pomodori in insalata	zucchine all'olio		carote in insalata
	pane	pane integrale	pane		pane
	frutta fresca	gelato alla frutta	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca

