



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' 1^	MARTEDI' 1^	MERCOLEDI' 1^	GIOVEDI' 1^	VENERDI' 1^
Pasta semi int con sugo pomodori e olive Cotolette impanate di patate e cannellini Pomodori e cetrioli Frutta	Farro con pesto di zucchine Crema di lenticchie rosee Carote julienne Frutta	Pasta alla 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'agro Frutta
LUNEDI' 2^	MARTEDI' 2^	MERCOLEDI' 2^	GIOVEDI' 2^	VENERDI' 2^
Pasta di farro al ragù vegetale Polpettine di lenticchie e melanzane Padellata di verdure Frutta	Pasta semi int e piselli Tortino di verdure Insalata verde Frutta	Gnocchi pomodoro e basilico Fannata di ceci con zucchine Spinaci Frutta	Riso con carote Crocchette di legumi patate arrosto Frutta	Pasta con zucchine Dadolata di tofu affumicato e lenticchie Carote julienne Frutta
LUNEDI' 3^	MARTEDI' 3^	MERCOLEDI' 3^	GIOVEDI' 3^	VENERDI' 3^
Pasta al limone Crema di ceci Dadolata di pomodori conditi Frutta	Orzotto alla milanese Polpettone ai borifetti Insalata mista Frutta	Minestra dell'orto Pizza pomodoro e verdure Carote prezzemolate Frutta	Pasta semi int con sugo pomodori e olive Polpettine di lenticchie in umido Pomodori e cetrioli Frutta	Risotto agli spinaci Cotolette impanate patate e cannellini Zucchine al forno Frutta
LUNEDI' 4^	MARTEDI' 4^	MERCOLEDI' 4^	GIOVEDI' 4^	VENERDI' 4^
Riso con zucchine Burger di cannellini Insalate verde Frutta	Gnocchi al pomodoro e basilico Crema di piselli Carpaccio di finocchi al limone Torta veg alle mele	Pasta di farro ai carciofi Polpettine di lenticchie e melanzane Zucchine trifolate Frutta	Pasta semi int con lenticchie rosse Tortino di verdure Zucchine trifolate Frutta	Pasta al ragù vegetale Crocchetto di ceci e carote Spinaci all'agro Frutta
LUNEDI' 5^	MARTEDI' 5^	MERCOLEDI' 5^	GIOVEDI' 5^	VENERDI' 5^
Risotto ai piselli Verdure gratinate Pomodori e carciofi Frutta	Pasta di farro al pesto di basilico Crema di ceci Carote julienne Frutta	Pasta semi int con sugo di pomodoro e olive Cotolette impanate di patate e cannellini Pomodori arrosto Frutta	Pasta alla crudaiola Polpettone di lenticchie con salsa di carote Insalata mista Frutta	Pasta con pesto di zucchine Farinata di ceci ai semi Padellata di verdure estive Frutta
LUNEDI' 6^	MARTEDI' 6^	MERCOLEDI' 6^	GIOVEDI' 6^	VENERDI' 6^
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 Dadolata di pomodori conditi Frutta	Gnocchi al ragù vegetale Tortino di verdure Fagiolini al vapore Frutta	Risotto con zucchine Polpettine di lenticchie e melanzane Carote prezzemolate Frutta
LUNEDI' 7^	MARTEDI' 7^	MERCOLEDI' 7^	GIOVEDI' 7^	VENERDI' 7^
Pasta semi int ai carciofi Polpettone ai borifetti Pomodori e cetrioli Frutta	Pasta di farro al ragù vegetale Crocchette di ceci e carote Carpaccio di finocchi al limone Frutta	Orzo al pomodoro Polpettine di lenticchie in umido Insalata mista Frutta	Minestra dell'orto Pizza pomodoro e verdure Carote julienne Frutta	Pasta alla norma Farinata di ceci con zucchine Dadolata di pomodori conditi Frutta
LUNEDI' 8^	MARTEDI' 8^	MERCOLEDI' 8^	GIOVEDI' 8^	VENERDI' 8^
Pasta alla crudaiola Polpettine di funghi e taggoli Insalata verde Frutta	Pasta vegetale Crocchette di legumi Pomodori arrosto Frutta	Pasta semi int con pomodoro e basilico Crema di piselli Zucchine al forno Frutta	Pasta al limone Burger di cannellini Spinaci Torta veg al cacao	Farro con pesto di zucchine Polpettone di lenticchie con salsa di carote Insalata mista

#VALORE!



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^A	MARTEDI' 1^A	MERCOLEDI' 1^A	GIOVEDI' 1^A	VENERDI' 1^A
Pasta semi int al pomodoro farinata di ceci al rosmarino Insalata mista Frutta	passato di verdure con farro Polpette di fagioli Insalata di finocchi arance e olive Frutta	Pasta al ragù vegetale lenticchie in umido Bietola all'olio Frutta	Pasta con crema di ceci dadolata di verdure al forno Carote Julienne Frutta	Orzotto con spinaci burger di cannellini Cavolfiore allo yogurt vegetale Frutta
LUNEDI' 2^A	MARTEDI' 2^A	MERCOLEDI' 2^A	GIOVEDI' 2^A	VENERDI' 2^A
Pasta di farro al pesto invernale Crocchette di ceci e carote Spinaci all'agro Frutta	Passato di legumi, verdure e cereali pizza al pomodoro Insalata mista Frutta	Pasta con ragù di lenticchie Tortino di verdure Zucca arrosto Frutta	Risotto semi int ai funghi piselli in padella purè di patate Frutta	Gnocchi al ragù vegetale Bastoncini di tofu panato con corn flakes Carote Julienne Frutta
LUNEDI' 3^A	MARTEDI' 3^A	MERCOLEDI' 3^A	GIOVEDI' 3^A	VENERDI' 3^A
Pasta con sugo di pomodori e olive Cotolette impanate con patate e cannellini Padellata di verdure al forno Frutta	Passato di verdure con orzo Crema di ceci Carpaccio di finocchi al limone Torta veg al cacao	Cous cous al pomodoro Lenticchia e zucca Insalata di cavolo cappuccio carote e arance Frutta	Pasta semi int al pesto di spinaci Polpette di funghi e fagioli Bietole e patate Frutta	Riso con crema di porri Farinata di ceci con semi Insalata verde Frutta
LUNEDI' 4^A	MARTEDI' 4^A	MERCOLEDI' 4^A	GIOVEDI' 4^A	VENERDI' 4^A
Orzotto ai sapori dell'orto Burger di cannellini Insalata con carote mele e noci Frutta	Gnocchi al pomodoro Crema di lenticchie rosse Spinaci all'agro Frutta	Pasta semi int al ragù fumò Polpettone ai borlotti Insalata di finocchi arance e olive Frutta	Minestrina di ferro ceci bietole e funghi Tortino di verdure Purè di cavolfiore Frutta	Pasta al ragù vegetale Polpettone di lenticchio con salsa di carote Insalata mista Frutta
LUNEDI' 5^A	MARTEDI' 5^A	MERCOLEDI' 5^A	GIOVEDI' 5^A	VENERDI' 5^A
Risotto semi int alla milanese Polpette di funghi e fagioli Zucca arrosto Frutta	Pasta al ragù vegetale Piselli in padella Bietole e patate Frutta	Pasta semi int con pesto invernale Farinata di ceci al rosmarino Carote Julienne Frutta	Pasta di farro al pomodoro Cotolette impanate di patate e cannellini Insalata mista con semi Frutta	Pasta al forno con verdure Dadolata di tofu affumicato e lenticchie Spinaci Frutta
LUNEDI' 6^A	MARTEDI' 6^A	MERCOLEDI' 6^A	GIOVEDI' 6^A	VENERDI' 6^A
Passato di verdure con orzo Crocchette di ceci e carote Insalata di finocchi arance e olive Frutta	Gnocchi al pomodoro Crema di ceci Carote Julienne Frutta	Pasta con pesto di spinaci Polpettine di lenticchie in umido Cavolfiore allo yogurt vegetale Frutta	Passato di verdure, legumi e cereali Pizza al rosmarino Insalata mista Frutta	Riso con crema di porri Burger di cannellini Spinaci all'agro Frutta
LUNEDI' 7^A	MARTEDI' 7^A	MERCOLEDI' 7^A	GIOVEDI' 7^A	VENERDI' 7^A
Pasta al forno con verdure Piselli in padella Patate arrosto Frutta	Farro ai sapori dell'orto Farinata di ceci con semi Insalata con carote mele e noci Frutta	Orzotto con spinaci Polpettone di lenticchie con salsa di carote Insalata mista con semi Frutta	Pasta con crema di ceci Tortino di verdure Insalata di finocchi arance e olive Torta veg alle mele	Pasta semi int al ragù vegetale Polpettone di funghi e fagioli Purè di cavolfiore Frutta
LUNEDI' 8^A	MARTEDI' 8^A	MERCOLEDI' 8^A	GIOVEDI' 8^A	VENERDI' 8^A
Pasta con pesto invernale Polpette di lenticchie in umido Insalata mista con semi Frutta	Risotto semi int alla milanese Polpettone ai borlotti Spinaci all'agro Frutta	Passato di verdure, legumi e cereali Padellata di verdure al forno Insalata di cavolo cappuccio, carote e arance Frutta	Gnocchi al ragù vegetale Crema di ceci Carpaccio di finocchi al limone Frutta	Passato di verdure con farro Cotolette impanate di patate e cannellini Carote Julienne Frutta

#VALOREI