CONVITTO NAZIONALE P. LONGONE

via degli Olivetani, 9 - 20123 Milano

MENU' CONVITTORI dal 2/10/2023 al 29/10/2023

		LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
		2 ottobre 2023	3 ottobre 2023	4 ottobre 2023	5 ottobre 2023	6 ottobre 2023	7 ottobre 2023	8 ottobre 2023
5	pranzo	Pasta al pomodoro - Uova - insalata - Pane - Frutta	Pasta integrale al pesto di basilico - Bocconcini di pollo con verdurine - Carote julienne - Pane - Frutta	Pasta ai pomodorini - bastoncini di pesce - insalata mista di stagione - Pane - Frutta	Pizza* - insalata mista di stagione- Pane - Frutta	risotto alla parmigiana - insalata caprese - pane - frutta	Pasta alla carbonara - platessa impanata al forno - carote alla julienne - pane - Dolce	Lasagne al ragù - Philadelphia e bresaola - Rucola pomodori e mais - Pane - Frutta fresca di stagione
	cena	Risotto alla monzese - Fesa di tacchino alla piastra - Broccoli gratinati - Frutta fresca di stagione	Pasta e fagioli - Scaloppina ai funghi porcini - verdure - Pane - dolce	Pasta zucchine, speck - Mozzarella - Pomodori - Pane - Frutta fresca di stagione	Pasta pomodorini e olive - pesce spada - verdure - Pane - Frutta fresca di stagione	Pasta al ragù - uova - verdure - Pane - Frutta fresca di stagione	Risotto agli asparagi - Cuberoll alla piastra/al forno - Melanzane e patate al forno - Pane - Frutta fresca di stagione	Pasta al tonno rossa/bianca - Petto di pollo - Verdure - Pane - Dolce
		9 ottobre 2023	10 ottobre 2023	11 ottobre 2023	12 ottobre 2023	13 ottobre 2023	14 ottobre 2023	15 ottobre 2023
6	pranzo	Pasta al tonno bianca - Polpette di zucchine e patate - Insalata di stagione - Pane - Frutta	Pasta al ragù bianco - Formaggio fresco** - piselli - Pane - Frutta	Pasta al pomodoro - Pesce* al forno - Patate al forno - Pane - Frutta	Ravioli di magro olio e grana - Tonno all'olio di oliva con pomodorini e mais - Insalata di stagione - Pane - Frutta	Risotto agli asparagi - Scaloppine - Finocchi e carote julienne - Pane - Frutta	Pasta panna e prosciutto - Vitello - verdure - Pane - Dolce	Lasagne alla bolognese - Bresaola con rucola e grana - Pane - Frutta fresca di stagione
	cena	Pasta pasticciata al forno - Spada la forno - Asparagi con speck al forno - Pane - Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro - braciole - Verdure al forno - Pane - Dolce	Pizza margherita - Cotoletta di pollo gelo - Pomodori e mais - Pane - Frutta fresca di stagione	Pasta e lenticchie/ceci - Hamburgher di vitello alla piastra - Verdure - pane - Frutta fresca di stagione	Risotto salsiccia e funghi freschi - Omelette al prosciutto e formaggio in padella - Spinaci - pane - Frutta fresca di stagione	Orecchiette alle cime di rapa/Speck e zucchine - Cotoletta alla milanese - Pomodorini - Pane - Frutta fresca di stagione	Pennette al salmone - Polpettone - verdure - Pane - Dolce
		16 ottobre 2023	17 ottobre 2023	18 ottobre 2023	19 ottobre 2023	20 ottobre 2023	21 ottobre 2023	22 ottobre 2023
7	pranzo	Gnocchi al pesto - uovo sodo - Spinaci - Pane - Frutta	Menù a sorpresa	Lasagne al ragù - Insalata mista di stagione - Pane - Frutta	Pasta crudaiola - Bastoncini di pesce al forno - Patate prezzemolate - Pane - Frutta	Orzotto - Insalata caprese - Pane - Frutta	Risotto zucchine e gamberetti - Spada impanato in padella - Melanzane al forno con rosmarino - Pane - Dolce	Cannelloni al ragù - Mozzarella e bresaola con rucola e grana - Pane - Frutta fresca di stagione
	cena	Pasta al ragù bianco - Sovracosce di pollo al forno - Broccoli gratinati - Pane - Frutta fresca di stagione	Gnocchi al sugo di carne - Salsiccia - verdure - Pane - Dolce	Pasta al pesto - Platessa/gallinella - verdure - Pane - Frutta fresca di stagione	Pasta al sugo di olive - uova - verdure - Pane - Frutta fresca di stagione	Ravioli di carne al pomodoro - Cuberoll alla piastra/al forno - Patatine fritte - Frutta fresca di stagione	Pasta e fagioli/piselli - Petto di pollo al curry - Carote alla julienne - Pane - Frutta fresca di stagione	Pasta integrale con pomodorini e basilico - braciole - verdure - Pane - Dolce
		23 ottobre 2023	24 ottobre 2023	25 ottobre 2023	26 ottobre 2023	27 ottobre 2023	28 ottobre 2023	29 ottobre 2023
8	pranzo	Ravioli di magro olio e grana - Formaggio fresco** - pomodorini e mais - Pane - Frutta	Pasta olio e grana - bocconcini di pollo burro e salvia - carote julienne - pane - frutta	Risotto al pomodoro - Pesce* al forno - Zucchine saltate - Pane - Frutta	Insalata fantasia di pasta fredda - Crocchette di patate - Fagiolini - Pane - Frutta	Pizza margherita - Finocchi e carote julienne - Pane - Frutta	Pasta alla carbonata - Scaloppina al limone - Piselli in umido con prosciutto - Pane - Macedonia di fragole con panna	Lasagne al pesto - Philadelphia e bresaola - Rucola e pomodori - Pane - Frutta fresca di stagione
	cena	gnocchi al pomodoro - Vitello alla piastra - Peperoni e patate al forno - pane - Frutta fresca di stagione	Pasta e lenticchie - Cuberoll alla pizzaiola - Rucola e grana - Pane - Dolce	Pizza margherita - Cotoletta di pollo gelo - Insalata con finocchi e carote julienne - pane - Frutta fresca di stagione	Pasta al sugo di olive - uova - verdure - Pane - Frutta	Pasta all'amatriciana - Gallinella con olive e capperi - Patate e funghi al forno - pane - Frutta fresca di stagione	Pasta alla norma - Gateau di patate con prosciutto e mozzarella - Verdure al forno - Pane - Frutta fresca di stagione	Pasta al sugo di salsiccia - Braciola - Asparagi e speck - Pane - Dolce

il menù è stato elaborato dalla dott.ssa Marina Lanticina, biologa nutrizionista, tenendo conto dei LARN e delle Linee Guida della Regione Lombardia