



CONVITTO NAZIONALE P. LONGONE

via degli Olivetani, 9 - 20123 Milano

MENU' dal 19/2/2024 al 15/3/2024

		LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
		19 febbraio 2024	20 febbraio 2024	21 febbraio 2024	22 febbraio 2024	23 febbraio 2024
1	merenda	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
	pranzo	Pasta pomodorini - Bastoncini di pesce al forno - Purè -Pane-Frutta	Gnocchi al ragù-Formaggio Fresco* Pomodorini e mais-Pane-Frutta	Pasta integrale al pomodoro- Polpettone di vitello-Verdure cotte di stagione-Pane-Frutta	Riso e piselli-Crocchette di patate- Verdure crude di stagione-Pane-Frutta	Pizza margherita-Insalata mista con pomodori e mais-Pane-Frutta
	merenda	Merenda da frigo / Yogurt da bere*** + Crackers	Torta	Merenda da frigo/ Yogurt da bere***	Torta	Crackers + succo/ Camilla***
		26 febbraio 2024	27 febbraio 2024	28 febbraio 2024	29 febbraio 2024	1 marzo 2024
2	merenda	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
	pranzo	Pasta pomodoro e basilico-Uova al tegamino-Spinaci-Pane-Frutta	Pasta zucchine e speck-Arrostato di manzo-Patate al forno-Pane-Frutta	Pasta pomodorini olive nere capperi e acciughe-Sformato di patate ripieno al formaggio - Verdure cotte di stagione-Pane-Frutta	Pasta al pesto di basilico-Pesce all'olio*-Purè-Pane-Frutta	Risotto ai gamberetti/frutti di mare - Scaloppine di tacchino al limone Verdure cotte di stagione - Pane - Frutta
	merenda	Panino con nutella	Merenda da frigo/ Yogurt da bere*** + Crackers	Torta	Crostatina/ Camilla***	Torta
		4 marzo 2024	5 marzo 2024	6 marzo 2024	7 marzo 2024	8 marzo 2024
3	merenda	Frutta Fresca	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta Fresca di Stagione	Frutta fresca di stagione
	pranzo	Riso e legumi****-Formaggio fresco**-Verdure crude-Pane-Frutta	Lasagne al ragù-Prosciutto cotto- Verdure crude di stagione-Pane-Frutta	Pasta al tonno bianca con olive capperi -Straccetti di pollo- Verdure crude di stagione-Pane-Frutta	Ravioli di magro olio e salvia- Bastoncini di pesce -Purè-Pane-Frutta	Pasta al ragù-Tonno all'olio di oliva con pomodorini mais e olive- Patate prezzemolate-Pane-Frutta
	merenda	Torta	Crackers + succo/ Camilla***	Torta	Merenda da frigo /yogurt da bere + Crackers***	Panino con marmellata
		11 marzo 2024	12 marzo 2024	13 marzo 2024	14 marzo 2024	15 marzo 2024
4	merenda	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Succo di frutta	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
	pranzo	Orzotto - Uova -Spinaci-Pane-Frutta	Menù a sorpresa -Pane-Frutta	Pasta e legumi -Mozzarella-Pomodorini e mais-Pane-Frutta	Risotto con zafferano e speck- Petto di pollo impanato-Verdure cotte di stagione-Pane-Frutta	Gnocchi al pomodoro -Prosciutto cotto-Verdure crude di stagione- Pane-Frutta
	merenda	Torta	Merenda da frigo/ Yogurt da bere***	Panino con nutella	Torta	Crackers + succo / Camilla***

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

* Pesce: merluzzo, platessa - ** Formaggio fresco: philadelphia, stracchino, primo sale, certosa, ricotta- *** a settimane alterne - **** riso parboiled