

# MENU DI OTTOBRE 2020



Das Label der ausgewogenen Ernährung  
Le label de l'alimentation équilibrée  
Il marchio dell'alimentazione equilibrata

	dal 01.10. al 02.10	dal 05.10 al 09.10	dal 12.10 al 16.10	dal 19.10 al 23.10	dal 26.10 al 30.10
LUNEDÌ		Insalata verde Pinzimonio  Risotto alla milanese (1a, 7a, 12a)  Ricottina alla frutta (7a)	Insalata verde Pinzimonio  Pasta al sugo (1a)  Yogurt alla frutta (7a)	Insalata verde Carote e mais  Fusilli con salsa alla ricotta ed erbette (1a, 3a, 7a)  Cake della casa (1a, 3a, 7a, 8a)	Insalata verde Pinzimonio  Pasta con pomodorini e basilico (1a)  Ricottina alla frutta (7a)
MARTEDÌ		Insalata mista  Filetto di merluzzo Patate prezzemolate Verdura di stagione (4a) Frutta	Insalata verde  Spezzatino di vitello Riso Verdura (9a, 12a) Macedonia di frutta	Insalata mista  Arrosto di tacchino Patate al forno Verdura (9a, 12a) Frutta	Insalata mista  Gnocchi di patate agli spinaci con salsa alla panna e prosciutto (1a, 3a, 7a) Frutta
MERCOLEDÌ		Insalata mista Carote e mais  Crespelle prosciutto e formaggio (1a, 3a, 7a) Macedonia di frutta	Insalata mista Carote e mais  Spätzli al formaggio Bresaola (1a, 3a, 7a) Frutta di stagione	Insalata mista Pinzimonio  Gnocchi alla romana con luganighetta di vitello (1a, 3a, 7a, 12a) Purea di mele	Insalata mista Pinzimonio  Passato di verdura Riso alla cantonese (3a) Crème caramel (3a, 7a)
GIOVEDÌ	Insalata mista Carote e mais  Pizza margherita (1a, 7a)  Gelato (3a, 7a)	Insalata mista Pinzimonio  Polenta ticinese con formaggio (7a) Budino alla vaniglia (7a)	Insalata Pinzimonio  Cannelloni di magro gratinati al forno (1a, 3a, 7a) Mousse di castagne (3a, 7a, 8a)	Insalata verde  Filetto di tilapia Patate al vapore Verdura del giorno (4a) Frutta	Insalata verde  Arrosto di vitello Polenta Verdura (9a, 12a) Frutta
VENERDÌ	Insalata mista  Filetto di S.Pietro al forno Patate al vapore Verdura (4a) Frutta	Insalata mista  Sminuzzato di pollo Purea di patate Verdura (1a, 7a, 9a, 12a) Frutta	Insalata mista  Filetto di salmone al forno Patate gratinate Verdura (1a, 4a) Frutta	Insalata mista Carote e mais  Pizzoccheri valtellinesi (1a, 7a) Frutta	Insalata mista  Filetto di passera al forno Patate al vapore Verdura (4a) Frutta

## Provenienza carne:

Manzo, maiale, vitello = Svizzera  
Pollo/Tacchino/Coniglio = Svizzera, Italia,  
Germania

## Provenienza pesce:

Salmone = FAO27, Norvegia, Allevamento  
Passera=FAO27, N.Zelanda, Reti da traino  
Merluzzo=FAO61, oc.Pacifico,  
Tilapia= ID allevamento  
S.Pietro= FAO81 NZ  
Pangasius=VN allevamento

## Formaggio grattugiato:

Il formaggio da noi usato  
contiene latte, ma è  
naturalmente privo di lattosio.