



COMUNE DI LASTRA A SIGNA
A.S. 2026 - 2027

**ALIMENTI DISTRIBUITI DURANTE I GIORNI DI ATTIVITA' MOTORIA
PRESSO LA SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO "LEONARDO DA VINCI"**

ALIMENTI DA CONSUMARE DURANTE IL SECONDO SPUNTINO DEL MATTINO:

Una porzione di Schiacciata all'olio + Frutta secca tipo Noci o Mandorle o di Pizza al pomodoro
o di Torta salata
Acqua minerale

ALIMENTI DA CONSUMARE DURANTE IL PASTO PRIMA DELL'ATTIVITÀ MOTORIA:

DAL 6 OTTOBRE AL 23 DICEMBRE 2026

1^ SETTIMANA	2 ^ SETTIMANA	3^ SETTIMANA	4^ SETTIMANA
MARTEDI'	MARTEDI'	MARTEDI'	MARTEDI'
Cosce di pollo al forno Fagiolini aromatizzati Pane Acqua minerale	Bocconcini di tacchino agli aromi Carote agli aromi Pane Acqua minerale	Hamburger di manzo Biete agli aromi Pane Acqua minerale	Bastoncini di merluzzo al forno Spinaci saltati Pane Acqua minerale
No carne Frittata	No carne Bastoncini di Merluzzo al forno	No carne Pesce	No pesce Frettina di pollo
MERCOLEDI'	MERCOLEDI'	MERCOLEDI'	MERCOLEDI'
Cosce di pollo al forno Fagiolini aromatizzati Pane Acqua minerale	Bocconcini di tacchino agli aromi Carote agli aromi Pane Acqua minerale	Hamburger di manzo Biete agli aromi Pane Acqua minerale	Bastoncini di merluzzo al forno Fagiolini all'olio Pane Acqua minerale
No carne Frittata	No carne Bastoncini di Merluzzo al forno	No carne Frittata	No Pesce Fettina di pollo
GIOVEDI'	GIOVEDI'	GIOVEDI'	GIOVEDI'
Petto di pollo ai ferri Spinaci saltati Pane Acqua minerale	Polpette di manzo Carote agli aromi Pane Acqua minerale	Cosce di pollo al forno Fagiolini all'olio Pane Acqua minerale	Bocconcini di tacchino dorati Biete/Spinaci saltati Pane Acqua minerale
No carne Merluzzo al forno	No carne Frittata	No carne Bastoncini di merluzzo	No carne Frittata

ALIMENTI DA CONSUMARE DOPO L'ATTIVITA' MOTORIA: Frutta fresca