

1.1_MENU INVERNALE SENZA LATTOSIO ELEMENTARI E MEDIE 2023 - 2024 | WINTERMENÜ LAKTOSEFREI GRUND- UND MITTELSCHULEN 2023 - 2024

	1° settimana 1. Woche	2° settimana 2. Woche	3° settimana 3. Woche	4° settimana 4. Woche	5° settimana 5. Woche	6° settimana 6. Woche
Lunedì Montag	Insalata di cavolo cappuccio Krautsalat "Spätzle" integrali (SL) con verdura Vollkornspätzle (LF) mit Gemüsestreifen A-C-F-M Banana Banane	Insalata verde iceberg Grüner Eisberg-Salat Gnocchi mamma rosa (SL) Kartoffelnocken "Mamma Rosa" (LF) Piselli (contorno) Erbsen (Beilage) A-F Arance Orangen	Insalata verde iceberg con carote Grüner Eisberg-Salat mit Karotten Pasta e lenticchie al sugo di pomodoro (SL) Nudel und Linsen mit Tomatensoße (LF) A-L-M Banana Banane	Insalata verde iceberg Icebergsalat Pollo al forno con cuscus e carote brunoise Brathähnchen mit Couscous und Brunoise Karotten A-F Yogurt alla frutta (SL) Fruchtojoghurt (LF) G	Insalata di carote Kartottensalat Spätzle agli spinaci con prosciutto (SL) Spinatspätzle mit Schinken (LF) A-C-F-M Clementine Klementinen	Insalata verde iceberg Grüner Icebergsalat Pasta alla pastora i(SL) Hirtennudel (LF) A-L-M-G Yogurt alla frutta (SL) Fruchtojoghurt (LF) G
	Insalata verde e mais Grüner Salat mit Mais Pasta integrale con sugo rosso e tonno (SL) Vollkornnudeln mit Tomatensoße und Thunfisch (LF) A-L-M-D Mela Apfel	Insalate di rape rosse Rohnensalat Spezzatino di tacchino con polenta (SL) Truthahnulasch mit Polenta (LF) A-L-F-M Torta al cioccolato fondente (SL) Zartbitterschokoladenkuchen (LF) A-C-H-F-M	Insalata di broccoli Brokkolisalat Halibut in crosta di pane d erbetta con patate e zucchine (SL) Heilbutt in Brot- und Kräuterkruste mit Kartoffeln und Zucchini (LF) D-A-F-N-H Pera Birne	Insalata di cavolo cappuccio Krautsalat Canederli al prosciutto (SL) con olio d'oliva Schinkenknödel (LF) mit Olivenöl A-C-F-N-H-G Banana Banane	Insalata di broccoli e cannellini Brokkolisalat und weißen Bohnen Pizza margherita (SL) Pizza Margherita (LF) A-G-F-M Yogurt alla frutta (SL) Fruchtojoghurt (LF) G	Insalata di carote Kartottensalat Gnocchi alla romana (SL) con salsa al pomodoro e mozzarelline (SL) Gnocchi alla romana (LF) mit Tomatensauce und Mozzarella-Kugeln (LF) A-C-F Banana Banane
Mercoledì Mittwoch	Insalata di cavolfiore Blumenkohlsalat Pizza margherita (SL) Pizza Margherita (LF) A-G-F-M Yogurt alla frutta (SL) Fruchtojoghurt (LF) G	Insalata verde Grüner Salat Halibut gratinato con patate lesse Gratiniertes Heilbutt mit gekochten Kartoffeln D-A-F-N-H Banana Banane	Insalata di carote Kartottensalat Gnocchi di patate (SL) con ragù bianco Kartoffelnocken (LF) mit weißem Ragout A-F-L Melone invernale Wintermelone	Insalata verde iceberg Grüner Eisberg-Salat Gulasch di vitello con Spätzle all'uovo (SL) Kalbsgulasch mit Eierspätzeln (LF) A-F-M-C Mela Apfel	Insalata lattuga e finocchi Grün-und Fenchelsalat Pasta al ragù (SL) Nudel mit Ragout (LF) A-L-M Arancia Orange	Insalata verde, mais e sgombro Grüner Salat mit Mais und sgombro Risotto allo zafferano Saffranrisotto D-F-L Torta allo yogurt con mela (SL) Joghurtkuchen mit Apfel A-M-F-G
	Insalata verde iceberg Grüner Eisberg-Salat Cotoletta alla milanese con Insalata di patate Wienerschnitzel mit Kartoffelsalat A-C-E-F-H-M-N Ananas Ananas	Insalata di carote Kartottensalat Lasagne alla bolognese (SL) Lasagne mit Fleischsoße (LF) A-C-G-L-M-F Mela Apfel	Insalata verde iceberg Grüner Eisberg-Salat Pizza margherita (SL) Pizza Margherita (LF) A-G-F-M Yogurt alla frutta (SL) Fruchtojoghurt (LF) G	Insalata di cavolfiori Blumenkohlsalat Salmone gratinato con Rösti di patate (SL) Gratiniertes Lachs mit Kartoffelrösti (LF) D-A-F-N-H Torta di carote e frutta secca(SL) Karottenkuchen mit Trockenfrüchten (LF) A-C-H-M-F	Insalata di cavolo cappuccio Krautsalat Arrosto di vitella con riso pilaf Kalbsbraten mit Pilaw-Reis A-L Banana Banane	Insalata verde Grüner Salat Hamburger con purè di patate (SL) e carote al vapore Hamburger mit Kartoffelpüree (LF) und gedünsteten Karotten A-C-G-L-F-H-N Arancia Orange
Venerdì Freitag	Crema di zucca e ceci con crostini (SL) Kürbis- und Kichererbsencreme mit Croutons (LF) Frittata alle zucchine e insalata di carote (SL) Zucchini-Frittata und Karottensalat (LF) A-L-F-C-G Mix di frutta Fruchtmischung	Insalata di cavolo cappuccio Krautsalat Canederli di spinaci (SL) con olio d'oliva Spinatknödel (LF) mit Olivenöl A-C-G-F-N-H Yogurt alla frutta (SL) Fruchtojoghurt (LF) G	Crema di verdure con crostini di pane Gemüsecremesuppe mit Croutons Kaiserschmarren con marmellata di mirtili rossi (SL) Kaiserschmarren mit Preiselbeermarmelade (LF) A-C-F-N-H-G Clementine Klementinen	Insalata di cannellini Weiße-Bohnen-Salat Lasagne verdure e ricotta (SL) Gemüse-Quark-Lasagne (LF) A-C-G-L-M-F Mix di frutta Fruchtmischung	Insalata verde iceberg Grüner Eisberg -Salat Filetto di platessa fritto con Rösti di patate e broccoli Frittiertes Schollenfilet mit Kartoffelrösti und Brokkoli A-D-F-C-H-N-E Ananas Ananas	Insalata di fagiolini Grüne-Bohnen-Salat Pasta integrale al pomodoro, olio evo e ricotta salata Vollkornnudel mit Tomatensoße, EVO-Öl und gesalzenem Ricotta Käse A-G Melone invernale Wintermelone

Pane: di diversi tipi nell'arco della settimana e preferibilmente integrali (vedi descrizione menù) – Allergeni A F N H N C E P - La codificazione degli allergeni è stata effettuata dai cuochi e cuoche del Comune di Merano.

Brot: verschiedene Sorten im Laufe der Woche und vorzugsweise aus Vollkornmehl (siehe Menübeschreibung) – Allergene A F N H N C E P – Die Kodierung der Allergene wurde von den KöchInnen der Stadtgemeinde Meran vorgenommen.