

LO SAPEVI CHE.....

I MENU' DELLE SCUOLE DI CONCOREZZO SONO STATI APPROVATI DA ATS MONZA E BRIANZA E SONO CONSIDERATI MENU' SANI ED EQUILIBRATI

IL MENU' ESTIVO ED IL MENU' INVERNALE INFATTI SODDISFANO APPIENO TUTTE LE INDICAZIONI DELLE LINEE GUIDA ATS !

DALLE LINEE GUIDA ATS:

LO SAPEVI CHE PER "DIETA LEGGERA O BIANCA" SI INTENDE....

Come primo piatto: pasta o riso conditi con solo olio oppure sugo di pomodoro fresco, oppure brodo vegetale ma senza legumi

Come secondo piatto: carne o pesce cotti al vapore o al forno e conditi in modo semplice con olio a crudo e limone

Contorno: verdure cotte al vapore condite con olio extravergine a crudo e limone

Frutta: banana o mela senza buccia