



MENU' PRIMAVERA-ESTATE (SCUOLA PRIMARIA)

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1 ^a SETTIMANA	Minestrone estivo 130g	Pasta pomodoro olive capperi.80g	Gateau patate 120g	Pasta 80g e fagioli 20	Riso 80g e piselli 50g
	Hamburger 60 g	Petto di pollo al forno 70g	Pomodori all'insalata100g	Formaggio caciocavallo 60g	Merluzzo al pomodoro*** 100g
	Insalata mista 50/120g	Bruschetta con olio 50g		Zucchine trifolate100g	Purea di patate120g
	Pane comune 50 g		Pane comune 50 g	Pane comune 50 g	Pane comune 50 g
	Frutta di stagione 150 g	Frutta di stagione 150 g	Frutta di stagione 150 g	Frutta di stagione 150 g	Frutta di stagione 150 g
2 ^a SETTIMANA	Pasta 80g Melanzane 50g	Zuppa di legumi 100g con orzo 35g	Ciambotta di verdure 150g	Pasta al pesto 80g	Riso 80g con verdure 50g o pomodoro
	Formaggio 60g/ricotta80g	Prosciutto crudo 25g	Petto di pollo impanato70g	Sogliola* impanata 100g	Frittata 1uovo di patate 30g
	Verdure cotte o gratinate 100/130g	Carote in umido 100/130g	Spinaci* al limone 100/130g	Insalata di pomodori 100g	Carote all'insalata 80g
	Pane comune 50 g	Pane comune 50 g	Pane comune 50 g	Pane comune 50 g	Pane comune 50 g
	Frutta di stagione 150 g	Frutta di stagione 150 g	Frutta di stagione 150 g	Frutta di stagione 150 g	Frutta di stagione 150 g
3 ^a SETTIMANA	Zuppa di cereali 40g e legumi 90g	Ravioli al sugo o salvia 150g	Risotto 80g olio e parmigiano 7g	Pizza margherita 120	Pasta 80g al tonno30g
	Carne alla pizzaiola 70g	Prosciutto cotto 25g	Arista di maiale 70g	Zucchine gratinate 100/130g	Platessa impanata 100g
	Fagiolini* o piselli* 100/130g	Spinaci *100/130g	Insalata verde 50/120g	Yogurt 125g	Insalata mista 50/120g
	Pane comune 50 g	Pane comune 50g	Pane comune 50 g		Pane comune 50 g
	Frutta di stagione 150 g	Frutta di stagione 150g	Dolce** 70g	Frutta di stagione 150 g	Frutta di stagione 150 g
4 ^a SETTIMANA	Risotto 80g dell'orto 90g	Pasta 80g pomodoro olive capperi	Passato di verdure 130g	Lasagna 140g	Pasta 80g al ragù vegetale q.b
	Frittata 1 uovo di zucchine 30g	Platessa* 100g al pomodoro	Scaloppine di pollo 70g	Prosciutto cotto 25g	Merluzzo al pomodoro*** 100g
		Patate lesse 120g	Fagiolini* 100/130g	Piselli *100/130g	Carote lesse 100/130g
	Pane comune 50 g	Pane comune 50 g	Pane comune 50 g	Pane comune 50g	Pane comune 50 g
	Frutta di stagione 150 g	Frutta di stagione 150 g	Frutta di stagione 150 g	Macedonia di frutta 150 g	Frutta di stagione 150 g
5 ^a SETTIMANA	Pasta 80g pomodoro e basilico	Pasta 80g e ceci 20g	Riso 80g e piselli 40gg	Tagliatelline 80g al pomodoro	Pasta 80g e patate 40g
	Stracchino 60g/ricotta 80g	Polpettone 60g	Sogliola* in umido 100g	Cotoletta di vitello 70g al forno	Frittata 1 uovo di zucchine 30g
	Carote grattugiate 80g	Fagiolini* 100/130g	Spinaci* lessi 100/130g	Insalata mista 50/120g	
	Pane comune 50 g	Pane comune 50 g	Pane comune 50 g	Pane comune 50 g	Pane comune 50 g
	Frutta di stagione 150 g	Frutta di stagione 150 g	Dolce** 70g	Frutta di stagione 150 g	Frutta di stagione 150 g

* prodotto surgelato; ** crostata di marmellata o ciambelline; *** merluzzo con pomodoro, olive e capperi. Pane comune senza aggiunta di grassi ed oli

DIRIGENTE MEDICO U.O.P.C

Dott. Giuseppe Scarano



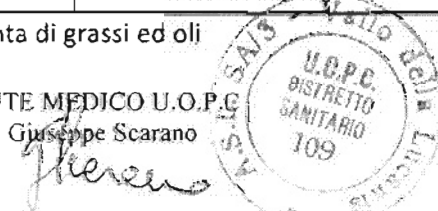


MENU' PRIMAVERA-ESTATE (SCUOLA DELL'INFANZIA)

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1 ^a SETTIMANA	Minestrone estivo 100g	Pasta pomodoro olive capperi 60g	Gateau patate 100g	Pasta 60g e fagioli 10	Riso.60g e piselli 30g
	Hamburger 50 g	Petto di pollo al forno.60g	Pomodori all'insalata.80g	Formaggio caciocavallo.40g	Merluzzo al pomodoro*** 80g
	Insalata mista 50g	Bruschetta con olio 40g		Zucchine trifolate 100g	Pure di patate 100g
	Pane comune 40 g		Pane comune 40 g	Pane comune 40 g	Pane comune 40 g
	Frutta di stagione 100 g	Frutta di stagione 100 g	Frutta di stagione 100 g	Frutta di stagione 100 g	Frutta di stagione 100 g
2 ^a SETTIMANA	Pasta 60g Melanzane 30g	Zuppa di legumi 90g con orzo 25g	Ciambotta di verdure 100g	Pasta al pesto 60g	Riso 60g con verdure 30g o pomodoro
	Formaggio 40g/ricotta 60g	Prosciutto crudo 20g	Petto di pollo impanato 60g	Sogliola* impanata 80g	Frittata 1 uovo di patate 20g
	Verdure gratinate 70g	Carote in umido 100g	Spinaci* al limone 100g	Insalata di pomodori 100g	Carote all'insalata 80g
	Pane comune 40 g	Pane comune 40 g	Pane comune 40 g	Pane comune 40 g	Pane comune 40 g
	Frutta di stagione 100 g	Frutta di stagione 100 g	Frutta di stagione 100 g	Frutta di stagione 100 g	Frutta di stagione 100 g
3 ^a SETTIMANA	Zuppa di cereali 25g e legumi 90g	Ravioli al sugo o salvia 120g	Risotto 60g olio e parmigiano 5g	Pizza margherita 100	Pasta 60g al tonno 20g
	Carne alla pizzaiola 60g	Prosciutto cotto 20g	Arista di maiale 60g	Zucchine gratinate 80g	Platessa* impanata 80g
	Fagiolini* 100g o piselli* 70g	Spinaci *100g	Insalata verde 50g	Yogurt 125g	Insalata mista 50g
	Pane comune 40 g	Pane comune 40g	Pane comune 40 g		Pane comune 40 g
	Frutta di stagione 100 g	Frutta di stagione 100g	Dolce** 60g	Frutta di stagione 100 g	Frutta di stagione 100 g
4 ^a SETTIMANA	Risotto 60g dell'orto 80g	Pasta 60g pomodoro olive e capperi	Passato di verdure 110g	Lasagna 120g	Pasta 60g al ragù vegetale q.b
	Frittata 1 uovo di zucchine 20g	Platessa* 80g al pomodoro	Scaloppine di pollo 50g	Prosciutto cotto 20g	Merluzzo al pomodoro*** 80g
		Patate lesse 100g	Fagiolini 100g	Piselli* 70g	Carote lesse 100g
	Pane comune 40 g	Pane comune 40 g	Pane comune 40 g	Pane comune 40g	Pane comune 40 g
	Frutta di stagione 100 g	Frutta di stagione 100 g	Frutta di stagione 100 g	Macedonia di frutta 100 g	Frutta di stagione 100 g
5 ^a SETTIMANA	Pasta pomodoro e basilico	Pasta 30g e ceci 10g	Riso 50g e piselli 30g	Tagliatelline 60g al pomodoro	Pasta 60g e patate 30g
	Stracchino 40g/ricotta 60g	Polpettone 50g	Sogliola* in umido 80g	Cotoletta di vitello 60g al forno	Frittata 1 uovo di zucchine 20g
	Carote grattugiate 80	Fagiolini *100g	Spinaci *lessi 100g	Insalata mista 50g	
	Pane comune 40 g	Pane comune 40 g	Pane comune 40 g	Pane comune 40 g	Pane comune 40 g
	Frutta di stagione 100 g	Frutta di stagione 100 g	Dolce** 60g	Frutta di stagione 100 g	Frutta di stagione 100 g

* prodotto surgelato; ** crostata di marmellata o ciambellone; *** merluzzo con pomodoro, olive e capperi. Pane comune senza aggiunta di grassi ed oli

DIRIGENTE MEDICO U.O.P.C.
Dott. Giuseppe Scarano



MENU' AUTUNNO-INVERNO SCUOLA PRIMARIA

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1 ^A SETTIMANA	Pastina 30g brodo vegetale 70-80g	Gnocchi 200g al pomodoro 30g	Minestrone di verdure 160g	Pasta al forno 80g	Pasta 80g tonno 30g
	Petto di tacchino o pollo 70 g	Frittata 1 uovo di patate 30g	Merluzzo*** al pomodoro 100g	Arista maiale 70g	Formaggio 60g o ricotta 100g
	Patate al forno con aromi 130 g	Carote lesse 100/130g	Spinaci *lessi 100/130g	Finocchio gratinato 100/130g	Insalata mista 50-130g
	Pane comune 50 g	Pane comune 50 g	Pane comune 50 g	Pane comune 50 g	Pane comune 50 g
	Frutta di stagione 150 g	Frutta di stagione 150 g	Frutta di stagione 150 g	Frutta di stagione 150 g	Frutta di stagione 150 g
2 ^A SETTIMANA	Pasta 15g Legumi misti 80g	Riso 45g e patate 30g	Orecchiette 80g broccoli 20g	Pizza margherita 120g	Riso 80g con verdure 50g
	Petto pollo agli aromi 70g	Merluzzo* gratinato 100g	Cotoletta vitello 60g	Prosciutto cotto 25g	Platessa* al forno 100g
	Spinaci* 100g	Insalata mista 90-130g	Purè patate 120g	Carote lesse 100g	Cavolfiore gratinato 100 /130g
	Pane comune 50 g	Pane comune 50 g	Pane comune 50 g	Pane comune 50 g	Pane comune 50 g
	Frutta di stagione 150 g	Dolce** 70g	Frutta di stagione 150 g	Mela cotta 150 g	Frutta di stagione 150 g
3 ^A SETTIMANA	Pasta 80g Lenticchie 20g	Gateau patate 120g	Risotto 80g con zucca 50g	Fusilli 80g pomodoro 30-50g	Pasta 80g e fagioli 20g
	Frittata al forno 1 uovo	Spezzatino di tacchino 70g	Ricotta 80g o caciocavallo 60g	Prosciutto cotto 25g	Sogliola* impanata 100g
	Bietola lessa 100g	Piselli* in umido 80g	Patate al forno con rosmarino 150g	Finocchi gratinati 100/130g	Carote prezzemolate 100g
	Pane comune 50 g	Pane comune 50g	Pane comune 50 g	Pane comune 50 g	Pane comune 50 g
	Frutta di stagione 150 g	Frutta di stagione 150g	Frutta di stagione 150 g	Frutta di stagione 150 g	Frutta di stagione 150 g
4 ^A SETTIMANA	Pasta 80g Ceci 20g	Ravioli 150g al pomodoro	Pastina/riso 30g brodo vegetale 70-80g	Passato di verdure 160g	Riso 80g e piselli 50g
	Formaggio 60g o ricotta 80g	Petto pollo/tacchino 100g	Scaloppine vitello 60g	Pizza margherita 120g	Merluzzo al pomodoro*** 100g
	Patate 150g con origano al forno	Spinaci* in padella 100g	Insalata mista 50-130g		Broccoli lessi 100g
	Pane comune 50 g	Pane comune 50 g	Pane comune 50 g		Pane comune 50 g
	Frutta di stagione 150 g	Frutta di stagione 150 g	Dolce** 70g	Frutta di stagione 150 g	Frutta di stagione 150 g
5 ^A SETTIMANA	Pastina 30g brodo vegetale 70-80g	Riso 80g e fagioli 20g	Minestra cereali 200g	Gateau patate 120g	Polenta al pomodoro 70-80g
	Sogliola* impanata 100g	Petto pollo 70g con verdure	Ricotta 80g		Platessa* al forno 100g
	Insalata mista 50-130g	Bietola lessa 100g	Patate al forno 150g	Spinaci* lessi 100g	Insalata mista 50-130g
	Pane comune 50 g	Pane comune 50 g	Pane comune 50 g	Pane comune 50 g	Pane comune 50 g
	Frutta di stagione 150 g	Frutta di stagione 150 g	Frutta di stagione 150 g	Frutta di stagione 150 g	Frutta di stagione 150 g

 DIRIGENTE MEDICO U.O.P.C.
 Dott. Giuseppe Scarano



MENU' AUTUNNO-INVERNO (SCUOLA DELL'INFANZIA)

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1 ^A SETTIMANA	Pastina 25g brodo vegetale 50-60g	Gnocchi 120g al pomodoro	Minestrone di verdure 110g	Pasta al forno 50g	Pasta 60g tonno 20g
	Petto di tacchino o pollo 60 g	Frittata 1 uovo di patate 20g	Merluzzo*** al pomodoro 80g	Arista maiale 60g	Formaggio 40g o ricotta 60g
	Patate al forno con aromi 100 g	Carote lesse 100g	Spinaci *lessi 100g	Finocchio gratinato 80g	Insalata mista 50g
	Pane comune 40 g	Pane comune 40 g	Pane comune 40 g	Pane comune 40 g	Pane comune 40 g
	Frutta di stagione 100 g	Frutta di stagione 100 g	Frutta di stagione 100 g	Frutta di stagione 100 g	Frutta di stagione 100 g
2 ^A SETTIMANA	Pasta 10g Legumi misti 60g	Riso 35g e patate 20g	Orecchiette 60g broccoli 15g	Pizza margherita 100g	Riso 60g con verdure 30g
	Petto pollo agli aromi 60g	Merluzzo* gratinato 80g	Cotoletta vitello 50g	Prosciutto cotto 20g	Platessa* al forno 80g
	Spinaci* 100g	Insalata mista 50g	Purè patate 100g	Carote lesse 100g	Cavolfiore gratinato 80g
	Pane comune 40 g	Pane comune 40 g	Pane comune 40 g	Pane comune 40 g	Pane comune 40 g
	Frutta di stagione 100 g	Dolce** 60g	Frutta di stagione 100 g	Mela cotta 100g	Frutta di stagione 100 g
3 ^A SETTIMANA	Pasta 60g Lenticchie 10g	Gateau patate 100g	Risotto 60g con zucca 30g	Fusilli 60g pomodoro 20-40g	Pasta 60g e fagioli 10g
	Frittata al forno 1 uovo	Spezzatino di tacchino 60g	Ricotta 60g o caciocavallo 40g	Prosciutto cotto 20g	Sogliola* impanata 80g
	Bietola lessa 100g	Piselli* in umido 70g	Patate al forno con rosmarino 100g	Finocchi gratinati 80g	Carote prezzemolate 100g
	Pane comune 40 g	Pane comune 40g	Pane comune 40 g	Pane comune 40 g	Pane comune 40 g
	Frutta di stagione 100 g	Frutta di stagione 100g	Frutta di stagione 100 g	Frutta di stagione 100 g	Frutta di stagione 100 g
4 ^A SETTIMANA	Pasta 60g Ceci 10g	Ravioli 70g al pomodoro	Pastina/riso 25g brodo vegetale 50-60g	Passato di verdure 110g	Riso 60g e piselli 30g
	Formaggio 40g o ricotta 80g	Petto pollo/tacchino 60g	Scaloppine vitello 50g	Pizza margherita 100g	Merluzzo al pomodoro*** 80g
	Patate 100g con origano al forno	Spinaci* in padella 100g	Insalata mista 50g		Broccoli lessi 100g
	Pane comune 40 g	Pane comune 40 g	Pane comune 40 g		Pane comune 40 g
	Frutta di stagione 100 g	Frutta di stagione 100 g	Dolce** 60g	Frutta di stagione 100 g	Frutta di stagione 100 g
5 ^A SETTIMANA	Pastina 25g brodo vegetale 50-60g	Riso 30g e fagioli 10g	Minestra cereali 110g	Gateau patate 100g	Polenta al pomodoro 50-60g
	Sogliola* impanata 80g	Petto pollo 60g con verdure	Ricotta 60g		Platessa* al forno 80
	Insalata mista 50g	Bietola lessa 100g	Patate al forno 100g	Spinaci* lessi 100g	Insalata mista 50g
	Pane comune 40 g	Pane comune 40 g	Pane comune 40 g	Pane comune 40 g	Pane comune 40 g
	Frutta di stagione 100 g	Frutta di stagione 100 g	Frutta di stagione 100 g	Frutta di stagione 100 g	Frutta di stagione 100 g

* prodotto surgelato; ** crostata di marmellata o ciambellone; *** merluzzo con pomodoro, olive e capperi. Pane comune senza aggiunta di grassi ed oli

DIRIGENTE MEDICO U.O.P.C.

Dott. Giuseppe Scarano

