

colazione alunni scuola dell'infanzia

frutta di stagione/macedonia frutta fresca/pane e marmellata/pane e olio/yogurt



	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	OTTOBRE-NOVEMBRE
1 SETTIMANA	CREMA ZUCCA GIALLA	PASTASCIUTTA AL POMODORO *	POLENTA AL SUGO DI CARNE	MINESTRA IN BRODO VEGETALE * *	RISO BURRO E FORMAGGIO *	
	TACCHINO AL LIMONE	ROASTBEEF	STRACCHINO/RICOTTA/MOZZARELLA *	FILETTI DI MERLUZZO AL FORNO *	FRITTATA CON CIPOLLE *	
	SPINACI	INSALATA VERDE	ZUCCHINE ALL'OLIO	CAROTE GRATTEGGIATE	CAVOLFIORRE ALL'OLIO	
2 SETTIMANA	RISOTTO ALLO ZAFFERANO *	GNOCCHI AL POMODORO *	PASSATO DI VERDURA	PASTASCIUTTA AI BROCCOLI/RAPI *	MINESTRA IN BRODO * *	
	POLPETTE DI TONNO * *	SFORNATO DIVERDURE E RICOTTA * *	ARISTA DI MAIALE	PROSCIUTTO CRUDO E MOZZARELLA *	POLPETTINE DI CARNE IN BIANCO * * *	
	BIETOLE LESSE	FINOCCHI GRATINATI *	PURE' DI PATATE *	POMODORI	PISELLI	
3 SETTIMANA	MINESTRA DI CEREALI *	PASTA ALL'OLIO E PARMIGIANO * *	MINESTRA IN BRODO VEGETALE * *	RISO DI CREMA DI CAROTE	PASTA AL POMODORO *	
	FETTINA AL ROSMARINO	PLATESSA/NASELLO IN UMIDO O AL FORNO	COSCI DI POLLO ARROSTO	FORMAGGI FRESCHI (PRIMO SALE) *	PLATESSA O NASELLO IN UMIDO O AL FORNO *	
	BIETOLE LESSE	INSALATA MISTA	PURE' DI PATATE *	INSALATA MISTA	CAVOLFIORRE ALL'OLIO	
4 SETTIMANA	TORTELLINI IN BRODO * *	ZUPPA DI LENTICCHIE E CEREALI *	PASTA AL TONNO *	PASTAS AL POMODORO *	MINISTRONE *	
	CRESCENZA *	TACCHINO ARROSTO	FRITTATA DI VERDURE *	CROCCHETTE DI PESCE *	PETTO DI POLLO AL FORNO	
	BIETOLA LESSA	INSALATA VERDE	CAROTE JULIENNE	FINOCCHI AL FORNO	PISELLI	

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1 SETTIMANA	PASTA ALL'OLIO E PARMIGIANO * *	FARINATA DI CECI	MINISTRA IN BRODO VEGETALE * *	PASTASCIUTTA AL POMODORO *	ZUPPA AI CREALI *
	FRITTATA DI CARCIOFI *	PROSCIUTTO E FORMAGGIO *	CROCCHETTE DI PESCE * *	ROASTBEEF	POLLO AI PORRI
	SPINACI	BARBABIETOLE LESSE	PINZIMONIO DI VERDURE FRESCHE	INSALATA VERDE	FAGIOLINI
2 SETTIMANA	POLENTA AL SUGO DI CARNE	STRACCIATELLA IN BRODO *	LASAGNE ALLE VERDURE * * *	PASTA AL POMODORO *	RISOTTO ALLO ZAFFERANO *
	MOZZARELLA/RICOTTA *	FILETTO DI PLATESSA AL FORNO *	CROCCHETTE DI SPINACI * *	TACCHINO ARROSTO	FESA DI TACCHINO
	INSALATA MISTA	PISELLI	INSALATA VERDE	PURE' DI PATATE E ZUCCA GIALLA *	SPINACI SALTATI
3 SETTIMANA	PASSATO DI CECI	PASTASCIUTTA AL POMODORO *	PASTASCIUTTA CON CIME DI RAPA *	CREMA DI PORRI E PATATE	RAVIOLI BURRO E SALVIA * *
	PETTO DI POLLO ARROSTO	SFORMATO DI PISELLI *	PROSCIUTTO CRUDO E RICOTTA *	ARISTA AL LATTE *	NASELLO/MERLUZZO AL LIMONE *
	INSALATA VERDE	CAROTE BRASATE	BIETOLE ALL'AGRO	CAROTE GRATTOGIATE	FINOCCHI GRATINATI *
4 SETTIMANA	GNOCCHI AL PESTO * * *	MINISTRA IN BRODO VEGETALE * *	RISO ALLE VERDURE	MINISTRA AI CREALI *	PASTA AL POMODORO *
	ROAST-BEEF	POLPETTINE DI VITELLO IN BIANCO * * *	TACCHINO ARROSTO	TONNO *	PROSCIUTTO COTTO E MOZZARELLA *
	CAROTE, PORRI E FINOCCHI AL FORNO	PATATE AL FORNO	INSALATA VERDE	FAGIOLI/CECI ALL'OLIO	CAROTE BRASATE

DICEMBRE-GENNAIO-FEBBRAIO

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1 SETTIMANA	PASTASCIUTTA AL PESTO * * *	PASTA AL POMODORO *	PASTASCIUTTA ALLE ZUCCHINE *	PASSATO DI VERDURA E PASTA * *	RISOTTO IN BIANCO *
	FRITTATA *	POLPETTE DI CARN * * *	PLATESSA ALLA MUGNAIA *	ARISTA AL FORNO	BRESAOLA E RICOTTA *
	ZUCCHINE TRIFOLATE	CAROTE GRATTUGIATE	PINZIMONIO DI VERDURE FRESCHE	FAGIOLI/CECI ALL'OLIO	INSALATA VERDE
2 SETTIMANA	PASTASCIUTTA AGLI ASPARAGI *	PASTA ALLE ZUCCHINE *	PASTA ALL'OLIO E PARMIGIANO * *	PASTA AI PISELLI *	RAVIOLI AL POMODORO *
	MOZZARELLA *	FRITTATA *	SPEZZATINO	POLLO ARROSTO	MERLUZZO AL VAPORE IN SALSA VERDE *
	BIETOLE LESSE SALTATE	INSALATA MSTA	SPINACI SALTATI	INSALATA VERDE	PATATE LESSE
3 SETTIMANA	MINISTRA IN BRODO * *	PASTA ALLE VERDURE *	INSALATA DI PASTA * *	RISO CON LEGUMI *	GNOCCHI AL PESTO * *
	TONNO *	ROAST BEEF	SFORMATO ZUCCHINE E MOZZARELLA * *	TACCHINO AL FORNO	PROSCIUTTO COTTO
	FAGIOLI	PINZIMONIO DI VERDURE FRESCHE	INSALATA MISTA	CAROTE GRATTUGIATE	PATATE, CAROTE E CIPOLLE AL FORNO
4 SETTIMANA	INSALATA DI FARRO * *	PASTA ALLE MELANZANE *	RISOTTO IN BIANCO *	RAVIOLI RICOTTA E SPINACI IN BIANCO * *	PASTA AL POMODORO *
	POLLO ALLA SALVIA	PROSCIUTTO CRUDO E STRACCHINO *	FRITTATA DI ZUCCHINE *	CROCCHETTE DI PESCE *	HAMBURGER
	VERDURE IN FORNO	SPINACI SALTATI	CAROTE GRATTUGIATE	INSALATA	CAROTE BRASATE

MARZO - APRILE - MAGGIO

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1 SETTIMANA	PASTA AL PESTO * * *	CREMA DI PISELLI	RISOTTO ALLE ZUCCHINE *	PASTASCIUTTA ALLE MELANZANE *	PASTA POMODORO *
	SFORMATO E RICOTTA *	PETTO DI POLLO AL LIMONE	CROCCHETTE DI PESCE *	ARISTA DI MAIALE	ROAST BEEF
	TRIS DI VERDURE	BIETOLE ROSSE E PATATE	FAGIOLINI ALL'OLIO	INSALATA VERDE	POMODORI GRATINATI *
2 SETTIMANA	PASSATO DI VERDURE CON RISO *	PASTA E FAGIOLI *	CREMA DI CAROTE	PASTASCIUTTA AL PESTO * * *	PASTASCIUTTA AI PEPERONI *
	FRITTATA IN FORNO *	PESCE IMPANATO AL FORNO * * *	POLPETTONE *	MOZZARELLA E POMODORI *	POLLO IN FRICASSEA
	INSALATA VERDE	VERDURE GRATINATE *	INSALATA VERDE	VERDURE LESSE	ZUCCHINE ALLE ERBETTE
3 SETTIMANA	PASTASCIUTTA AL SUGO DI CARNE *	CREMA DI PEPERONI	PASTASCIUTTA ALL'OLIO E PARMIGIANO * *	PASSATO DI CECI	INSALATA DI FARRO * *
	POLPETTE VEGETALI *	POLPETTINE DI TONNO * * *	HAMBURGER DI VITELLO	FORMAGGI FRESCHI E PROSCIUTTO COTTO *	SPEZZATINO DI POLLO
	INSALATA VERDE	FAGIOLINI LESSI	ZUCCHINE TRIFOLATE	POMODORI	FAGIOLINI AL POMODORO
4 SETTIMANA	PASTA AL PESTO * * *	PASTASCIUTTA FIORI DI ZUCCA E ZUCCHINE *	PIZZA MARGHERITA * *	RISOTTO IN BIANCO *	PASTASCIUTTA AL POMODORO FRESCO *
	POLPETTE DI MANZO * *	SCALOPPINE AL LATTE *	PROSCIUTTO CRUDO E MELONE	SFORMATO DI PATATE E FORMAGGIO * *	FILETTO DI MERLUZZO CON VERDURE *
	FINOCCHI GRATINATI *	INSALATA DI POMODORI E CEFTRIOLI	ZUCCHINE TRIFOLATE	SPINACI GRATINATI *	PATATE AL FORNO

GIUGNO - SETTEMBRE

* ARACHIDI * FRUTTA A GUSCIO * LATTE E DERIVATI * MOLLUSCHI * PESCE * SESAMO * SOIA

* CROSTACEI * GLUTINE * LUPINI * SENAPE * SEDANO * ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI

* UOVA E DERIVATI

Grammature per porzione

<i>Pietanze</i>	<i>Scuola dell'infanzia</i>	<i>Scuola Primaria</i>
Pasta o riso asciutti	50/60	60/70
Pasta, riso ,orzo o simili in brodo	40	50
Pasta per lasagne	40	50
Gnocchi di patate	120	150
Tortellini in brodo	40	60
Ravioli	80	100
Patate per contorno	100	130
Pane	40	50
Legumi secchi per passati	20	30
Carne vitello magra/pollo	60	80
Pesce	70	100
Uova	1	1
Formaggi freschi	40	50
Salumi affettati	30	50
Verdura a foglia cruda	40	50
Verdura da consumare cotta	150	150
Frutta fresca	120	150
Olio evo per pietanza	5	5
Formaggio grattugiato per pietanza	5	5
Sugo con base di pomodoro	30	40
Sugo al pesto o di carne	10	15

Anno scolastico 2022/23

Il peso degli alimenti si riferisce al
Crudo e al netto degli scarti.