

MENU' SCUOLA INFANZIA

ALLEGATO N.1
(1° settimana)

	MERENDA	PRANZO
lunedì	Latte e biscotti secchi	Pasta con verdure (es. pasta pomodorini e rucola) Scaloppine Carote al vapore Pane Frutta fresca di stagione
martedì	Dolce secco (es: torta di mele - torta di mele rustica - torta di mele e yoghurt)	Risotto alla parmigiana Coniglio al forno dissossato Verdura cruda di stagione Pane Frutta fresca di stagione
mercoledì	Yogurt alla frutta	Maccheroncini pomodoro e besciamella al forno Pesce (es: nasello in tortiera - polpettone di pesce- hamburger di pesce - sformato di platessa e verdure) Verdura cruda di stagione Pane Frutta fresca di stagione
giovedì	Pane e marmellata	Passato di legumi con pasta (o zuppa di farro e borlotti)** Prosciutto crudo magro Patate arrosto Pane Frutta fresca di stagione
venerdì	Banana	** Variante periodo estivo Pasta fredda con pomodorini mozzarella e basilico Pasta al pomodoro Petto di pollo gratinato al forno
sabato	Frutta fresca di stagione	VEGETARIANO - pizze di patate o sformato di patate e parmigiano o sformato tricolore Verdura cruda di stagione Pane Frutta fresca di stagione
		VEGETARIANO - Polpettone di ceci
		VEGETARIANO - Polpettone di verdure (es: nasello in tortiera - polpettone di pesce- hamburger di pesce - sformato di platessa e verdure)
		VEGETARIANO - grana e rucola
		VEGETARIANO - pasta con sugo di piselli

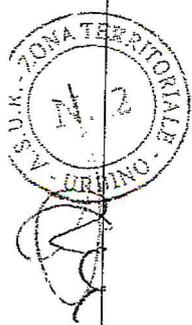


MENU' SCUOLA INFANZIA

(2° settimana)

	MERENDA	PRANZO	
lunedì	Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Pollo al forno Verdura cruda di stagione Pane Frutta fresca di stagione Frutta fresca di stagione Passato di verdure con pasta o crostini Pesce (es: filetti di pesce impanati al forno - merluzzo al forno con pomodorini - pesce in pizzaiola riccioli di sogliola - filetti di persico al pomodoro - merluzzo ai porri e latte - Merluzzo alla marinara) Patate lesse Pane Frutta fresca di stagione Farfalline piselli e zucchine Bocconcini di mozzarella Verdura cruda di stagione Pane Frutta fresca di stagione Risotto con verdure (es: risotto alla crema di spinaci - risotto con bietola - risotto con carota) Polpettone (o Hamburger carni miste) Insalata Pane Frutta fresca di stagione * <i>variante periodo estivo: risotto alla crema di asparagi - risotto con carciofi</i>	VEGETARIANO - fagioli all'uccelletto
martedì	Latte e Biscotti secchi		
mercoledì	Yogurt alla frutta		
giovedì	banana		
venerdì	Pane e miele	Pasta con verdure (es: - pasta all'ortolana - pasta con zucchine - pasta con pomodorini e ricotta - Pasta con ricotta e zucchine) Pasticciata Verdura cotta Pane Frutta fresca di stagione	
Sabato	Focaccia barese o pane e olio	Minestra in brodo vegetale (es: - minestrina di sedano e patate con orzo - crema di zucca con orzo - crema di carote con riso - pasta e patate - crema di zucchine) Pesce (es: crocchette di pesce e spinaci - crocchette di pesce - polpette di pesce al pomodoro) Verdura cruda di stagione Pane Frutta fresca di stagione	

VEGETARIANO - torta spinaci e ricotta



MENU' SCUOLA INFANZIA

(3° settimana)

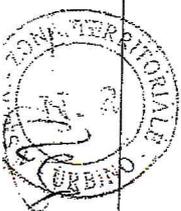
	MERENDA	PRANZO
lunedì	Latte e biscotti secchi	Risotto con verdure (es : r.all'ortolana - T. primavera) Arrostito di maiale al forno (o arista al latte) Verdura cruda di stagione Pane Frutta fresca di stagione
martedì	Dolce secco (es: dolce allo yogurt - ciambella con cacao - ciambella)	Pasta in bianco Frittata Verdura cruda di stagione Pane Frutta fresca di stagione
mercoledì	Yogurt alla frutta	Gnocchi al pomodoro Tacchino Insalata (es: tacchino al forno - fesa di tacchino ripiena al forno - boccconcini di tacchino) Pane Frutta fresca di stagione
giovedì	Pane e marmellata	Pasta con verdure (es: pasta alla crema di zucchine e porri) Pesce (es: filetti di sogliola alla fiorentina - filetti di persico al vapore - merluzzo al limone - Sogliole nido di rondine) Verdura cruda di stagione Pane Frutta fresca di stagione
venerdì	Banana	Passatelli o stracciatella in brodo Prosciutto cotto Patate lesse Pane Frutta fresca di stagione
sabato	Frutta fresca	Passato di legumi con pasta o crostini** (es: passato di legumi con pasta - pasta e lenticchie - maltagliati con fagioli - crema di ceci e broccoli con crostini) Stracchino Verdura cotta di stagione Pizza bianca Frutta fresca di stagione

** Variante periodo estivo Insalata di Farro e orzo estiva

VEGETARIANO - passatelli o stracciatella in brodo vegetale piselli lessi

VEGETARIANO grana e rucola

VEGETARIANO - Zucchini ripieni



MENU' SCUOLA INFANZIA

(4° settimana)

	MERENDA	PRANZO
lunedì	Latte e biscotti secchi	Maccheroncini ai formaggi Bresaola con rucola Verdura cruda di stagione Pane Frutta fresca di stagione VEGETARIANO - fagioli all'uccelletto
martedì	Pane e miele	Passato di verdura con pasta (o crostini di pane) Filetti di pesce al forno con patate (es: filetti di sogliola con patate - merluzzo pasticcciato - merluzzo nascoso con verdura - Boccconcini di merluzzo e pomodori e patate) Insalata Pane Frutta fresca di stagione VEGETARIANO - Torta di patate e formaggio
mercoledì	Yogurt alla frutta	Ravioli di spinaci e ricotta al pomodoro Polpettine di carne in bianco Verdura cruda di stagione Pane Frutta fresca di stagione VEGETARIANO - mozzarella
giovedì	pizza bianca o pane e olio	Pastina in brodo vegetale Fettina in pizzaiola e Purea di patate (o spezzatino con patate) Pane Frutta fresca di stagione VEGETARIANO - Pasta e ceci
venerdì	Frutta fresca di stagione	Pasta con sugo di legumi (es: sugo di fagioli - sugo di ceci - sugo di lenticchie) Formaggio Verdura cotta di stagione Pane Frutta fresca di stagione ** <i>variante periodo estivo: pasta con sugo di piselli</i>
sabato	Banana	Risotto con verdure (es: risotto con radicchio) Pesce (es: pesce al forno) Verdura cruda di stagione Pane Frutta fresca di stagione VEGETARIANO - Torta di pane ai formaggi



[Handwritten signature]

MENU' SCUOLA INFANZIA

(5° settimana)

	MERENDA	PRANZO
lunedì	Latte con cereali	Passato di verdure e legumi Pizza pomodoro mozzarella Verdura cruda Frutta fresca di stagione
martedì	Pane e marmellata	Pasta al pomodoro Prosciutto crudo Verdure gratinate al forno (es: teglia di zucchini e pomodori - Spinaci al gratin) Pane Frutta fresca di stagione VEGETARIANO - Polpettone di verdure
mercoledì	Yogurt alla frutta	Pasta con verdure (es: pasta con zucca gialla - pasta con sugo primavera) Petto di pollo o tacchino (es: petto di pollo alla griglia - petto di pollo alla salvia - scalloppe di tacchino al limone e prezzemolo - petto di tacchino al forno - petto di pollo al latte - pollo in crema di lattuga - Petti di pollo gustosi) VEGETARIANO - Maccheroncini al forno alle lenticchie Verdura cruda Pane Frutta fresca di stagione
giovedì	Dolce secco (es: torta di pere - torta di banana)	- Tagliatelle al ragu' di carne - Formaggio - Verdura cruda - Pane - Frutta fresca di stagione Frutta fresca di stagione VEGETARIANO - Tagliatelle al pomodoro
venerdì	Pane e olio	Alternativa - Lasagne al forno al ragu' di carne - Verdura cotta mista - Pane - Frutta fresca di stagione VEGETARIANO - pasta al forno con sugo pomodoro besciamella)
sabato	Banana	Risotto con verdure (es: risotto con zucca gialla - risotto con porri - risotto con zucchini) Pesce (es: rosette di merluzzo al forno- filetti al forno gratinati - pesce al forno - merluzzo al piatto - Filetti di sochiola dorati) Insalata Pane Frutta fresca di stagione VEGETARIANO - Grana e rucola Pasta con verdure (es: pasta con salsa spinaci e ricotta - pasta con zucchini e basilico) Frittata (es: frittata al forno con verdure - frittata con patate) Verdura cotta di stagione Pane Frutta fresca di stagione



[Handwritten signature]

Media settimanale dei principi nutritivi:

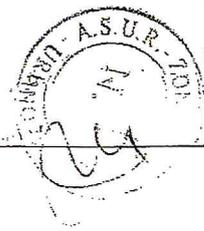
- Kcal: 667

- Protidi: 16,2%

- Lipidi: 23,2%

- Glucidi: 60,6%

LUNEDI	<p>Pasta con verdure (es: <u>fusilli alla rucola e pomodorini</u>)</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 60 pasta - gr 5 parmigiano - gr 5 olio extra vergine d'oliva - rucola, pomodorini sale q.b. <p>Scaloppine al limone</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 60 carne di vitellone - gr. 3 olio extra vergine d'oliva – farina, limone, sale q.b. <p>Carote cotte al vapore</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 100 carote - gr 5 olio extra vergine d'oliva – sale q.b. <p>Pane gr 50</p> <p>Frutta fresca di stagione gr 150</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kcal 656 - Protidi 16,2% - Lipidi 23,3% - Glucidi 60,5%
MARTEDI	<p>Risotto alla parmigiana</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 60 riso - gr 250 brodo vegetale (preparato con verdure fresche) - gr 5 olio extra vergine d'oliva – cipolla, sale q.b.. - gr 5 parmigiano <p>Coniglio al forno disossato</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 50 carne coniglio - gr 15 carni miste per ripieno - gr 4 olio extra vergine d'oliva – aglio, sale q.b. <p>Verdura cruda di stagione</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 80 verdure - gr 4 olio extra vergine d'oliva – limone, sale q.b. <p>Pane gr 50</p> <p>Frutta fresca di stagione gr 150</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kcal 670 - Protidi 16,5% - Lipidi 22,4% - Glucidi 61,1%
MERCOLEDI	<p>Maccheroncini pomodoro e besciamella al forno</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 50 pasta - gr 60 pomodoro fresco (o gr 40 pelati) - gr 20 besciamella - gr 5 parmigiano - gr 4 olio extra vergine d'oliva - sedano, carota, cipolla, sale q.b. <p>Pesce (es: <u>nasello in tortiera</u> – sformato di pesce – <u>polpettone di pesce hamburger di pesce</u> – sformato di platessa e verdure)</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 70 merluzzo o nasello - gr 20 patate - gr 40 latte - gr 4 farina - gr 6 uovo (N.1 per 8 porzioni) - gr 4 olio extra vergine d'oliva - gr 2 pangrattato – sale q.b. <p>Verdura cruda di stagione</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 80 verdure - gr 4 olio extra vergine d'oliva – limone, sale q.b. <p>Pane gr 50</p> <p>Frutta fresca di stagione gr 150</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kcal 684% - Protidi 16,9% - Lipidi 24,7% - Glucidi 58,4%



GIOVEDI	<p>Passato di legumi con pasta (o zuppa di farro e borlotti)**</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 30 pasta di semola - gr 20 legumi - gr 10 pomodori pelati - gr 5 parmigiano - gr 5 olio extra vergine d'oliva - aglio, sale q.b. <p>Prosciutto crudo magro</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 30 prosciutto crudo <p>Patate arrosto</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 150 patate - gr 6 olio extra vergine d'oliva - sale q.b. <p>Pane gr 50</p> <p>Frutta fresca di stagione gr 150</p> <p>** Variante periodo estivo: Pasta fredda con pomodorini mozzarella e basilico</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kcal 668 - Protidi 15,4% - Lipidi 22,2% - Glucidi 62,4%
VENERDI	<p>Pasta al pomodoro</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 60 pasta - gr 60 pomodoro fresco (o gr 40 pelati). - gr 5 parmigiano - gr 4 olio extra vergine d'oliva - sedano, carota, cipolla, sale q.b. <p>Petto di pollo gratinato al forno</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 60 petto pollo - gr 8 pangrattato - gr 5 olio extra vergine d'oliva - sale, limone q.b. <p>Verdura cruda di stagione</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 80 verdure - gr 4 olio extra vergine d'oliva - limone, sale q.b. <p>Pane gr 50</p> <p>Frutta fresca di stagione gr 150</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kcal 671 - Protidi 17% - Lipidi 21,4% - Glucidi 61,6%
SABATO	<p>Pasta con sugo di pesce (o con sugo di tonno al naturale)</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 60 pasta - gr 30 pesce misto - gr 60 pomodori - gr 3 olio extra verg. d'oliva - sale q.b. <p>Formaggio (es: gr 40 caciotta fresca)</p> <p>Verdura cotta di stagione</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 100 verdure - gr 5 olio extra vergine d'oliva - sale q.b. <p>Pane gr 50</p> <p>Frutta fresca di stagione gr 150</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kcal 652 - Protidi 15,2% - Lipidi 25,3% - Glucidi 59,5%



Media settimanale dei principi nutritivi:

- Kcal: 642

- Protidi: 16,1%

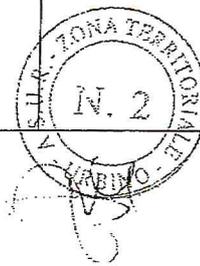
- Lipidi: 23,9%

- Glucidi: 60%

LUNEDI	Pasta al pomodoro - gr 60 pasta - gr 60 pomodoro fresco (o gr 40 pelati) - gr 5 parmigiano - gr 4 olio extra vergine d'oliva – sale q.b. Pollo al forno - gr 60 pollo disossato - gr 3 olio extra vergine d'oliva – sale, aglio, rosmarino q.b. Verdura cruda di stagione - gr 80 verdura - gr 4 olio extra vergine d'oliva – sale, aceto o limone q.b. Pane gr 50 Frutta fresca di stagione gr 150	- Kcal 642 - Protidi 15,6% - Lipidi 24,2% - Glucidi 60,2%
MARTEDI	Passato di verdure con pasta - gr 30 pasta - gr 90 verdure fresche o surgelate (15 gr bietole, 15 gr carote, gr 15 patate, gr 15 zucchine, gr 15 spinaci, gr 5 sedano, gr 10 fagioli). - gr 5 parmigiano - gr 4 olio extra vergine d'oliva - sale q.b. Pesce (es: filetti di pesce impanati al forno – merluzzo al forno con pomodorini – pesce in pizzaiola - <u>riccioli di sogliola</u> – <u>filetti di persico al pomodoro</u> - <u>merluzzo ai porri e latte</u> – <u>merluzzo alla marinara</u>) merluzzo al forno con pomodorini - gr 70 pesce - gr 15 pomodorini - gr 2 olio extra vergine d'oliva - sale q.b. Patate lesse - gr 120 patate - gr 5 olio extra vergine di oliva - sale q.b. Pane gr 50 Frutta fresca di stagione gr 150	- Kcal 623 - Protidi 16,8% - Lipidi 21,5% - Glucidi 61,7%
MERCOLEDI	Farfalline piselli zucchine - gr 60 pasta - gr 40 piselli freschi o surgelati - gr 40 zucchine - gr 5 parmigiano - gr 5 olio extra vergine di oliva - sale q.b. Bocconcini di mozzarella (gr 40) Verdura cruda di stagione - gr 80 verdura - gr 4 olio extra vergine d'oliva – sale, aceto o limone q.b. Pane gr 50 Frutta fresca di stagione gr 150	- Kcal 667 - Protidi 15% - Lipidi 24% - Glucidi 61%



GIOVEDI	<p>Risotto con verdure (es: <u>risotto con crema di spinaci</u> – <u>risotto con bietola</u> – <u>risotto con carota</u>)</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 60 riso - gr 20 spinaci -gr 4 cipolla - gr 5 parmigiano - gr 225 brodo vegetale (preparato con verdure fresche) - gr. 5 olio extra vergine d'oliva – aglio, sale q.b. <p>Polpettone (o hamburger carni miste)</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 30 carni miste (es: tacchino, vitellone , maiale) - gr 5 parmigiano - gr 6 uovo (N.1 per n.8 porzioni circa) - gr 13 patate - gr 3 olio extra vergine d'oliva – pangrattato - sale q.b. <p>Insalata</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 50 insalata - gr 3 olio – sale, limone o aceto q.b. <p>Pane gr 50 - Frutta fresca di stagione gr 150 <i>**varianti periodo estivo: r. alla crema di asparagi- r.con carciofi</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kcal 659 - Protidi 13,7% - Lipidi 23,1% - Glucidi 63,2%
VENERDI	<p>Pasta con verdure (es: <u>pasta all'ortolana</u> – <u>pasta con zucchine</u> – <u>pasta con pomodorini e ricotta</u> – <u>Pasta con ricotta e zucchine</u>)</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 60 pasta - gr 5 parmigiano - gr 10 cipolla - gr 5 sedano - gr 5 carote - gr 20 pomodori - gr 5 olio extra vergine d'oliva - sale q.b. <p>Pasticciata</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 60 vitellone magro - gr 10 pomodori - gr 4 olio extra vergine d'oliva - carota, cipolla, sedano, sale q.b. <p>Verdura cotta di stagione</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 100 verdure - gr 5 olio extra vergine d'oliva - sale q.b <p>Pane gr 50 - Frutta fresca di stagione gr 150</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kcal 665 - Protidi 16,7% - Lipidi 24,9% - Glucidi 58,4%
SABATO	<p>Minestra in brodo vegetale (es: <u>Minestrina di sedano e patate con orzo</u> – <u>Crema di zucca con orzo</u> - <u>crema di carote con riso</u> – <u>Pasta e patate</u> - <u>Crema di zucchine</u>)</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 20 orzo perlato - gr 60 sedano - gr 80 patate - gr 13 pomodori - gr 6 parmigiano - gr 6 olio extra vergine d'oliva – prezzemolo, sale q.b. <p>Pesce (es: <u>crocchette di pesce e spinaci</u> – <u>crocchette di pesce</u> – <u>polpette di pesce al pomodoro</u>)</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 70 merluzzo spinato - gr 80 spinaci - gr 20 patate - gr 5 uovo (N.1 per 10 porzioni) - gr 2 olio extra vergine d'oliva <p>Verdura cruda di stagione</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 80 verdura - gr 4 olio extra vergine d'oliva – sale, aceto o limone q.b. <p>Pane gr 50 - Frutta fresca di stagione gr 150</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kcal 595 - Protidi 19,1% - Lipidi 25,9% - Glucidi 55%



Media settimanale dei principi nutritivi:

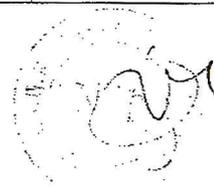
- Kcal: 671

- Protidi: 16,4%

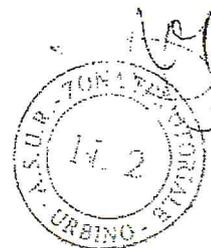
- Lipidi: 25,9%

- Glucidi: 57,7%

LUNEDI	<p>Risotto con verdure (es: <u>risotto all'ortolana</u>)</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 60 riso - gr 40 pomodori pelati - gr 25 zucchine - gr 12 cipolle - gr 5 carote - gr 225 brodo vegetale (preparato con verdure fresche) - gr 5 parmigiano - gr 5 olio extra vergine d'oliva - cipolla, sale q.b. <p>Arista di maiale al forno (o al latte)</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 60 maiale magro - gr 5 carote - gr 5 sedano - gr 5 cipolla - gr 20 brodo vegetale (preparato con verdure fresche) - gr 3 olio extra vergine d'oliva - gr 10 latte, sale q.b. <p>Verdura cruda di stagione</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 80 verdura - gr 4 olio extra vergine d'oliva - sale, aceto o limone q.b. <p>Pane gr 50 - Frutta fresca di stagione gr 150</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kcal 685 - Protidi 15 % - Lipidi 23,3% - Glucidi 61,7%
MARTEDI	<p>Pasta in bianco (olio e parmigiano)</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 60 pasta di semola - gr 5 parmigiano - gr 4 olio extra vergine d'oliva - sale q.b. <p>Frittata (es: <u>Frittata al forno con verdure</u> - frittata con patate)</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 25 uovo (N.1 per n.2 porzioni) - gr 15 ricotta di vacca - gr 15 latte - gr 5 parmigiano - gr 50 bietole (o altra verdura di stagione) <p>Verdura cruda di stagione</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 80 verdura - gr 4 olio extra vergine d'oliva - sale, aceto o limone q.b. <p>Pane gr 50 - Frutta fresca di stagione gr 150</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kcal 632 - Protidi 13,1% - Lipidi 24,8% - Glucidi 62,1%
MERCOLEDI	<p>Gnocchi al pomodoro</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 125 patate - gr 50 farina - gr 60 pomodoro fresco (o gr 40 pelati) - gr 5 parmigiano - gr 4 olio extra vergine d'oliva - sale q.b. <p>Tacchino (es: <u>tacchino al forno</u> - <u>fesa di tacchino ripiena al forno</u> - <u>bocconcini di tacchino</u> -)</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 60 petto tacchino - gr 2 olio extra vergine d'oliva <p>Insalata</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 50 insalata - gr 3 olio - sale, limone o aceto q.b. <p>Pane gr 50 Frutta fresca di stagione gr 150</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kcal 691% - Protidi 16,9% - Lipidi 21,8% - Glucidi 61,3%



GIOVEDI	<p>Pasta con verdure (es: <u>pasta alla crema di zucchine e porri</u>)</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 60 pasta - gr 10 cipolla - gr 15 porri - gr 40 zucchine - gr 20 pomodori - gr 5 parmigiano - gr 5 olio extra vergine d'oliva - sale q.b. <p>Pesce (es: <u>filetti di sogliola alla fiorentina</u> – <u>filetti di persico al vapore</u> – <u>merluzzo al limone</u> – <u>Sogliole nido di rondine</u>)</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 70 pesce - gr 3 olio extra vergine d'oliva – farina, limone, sale q.b. <p>Verdura cruda di stagione</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 80 verdure - gr 4 olio extra vergine d'oliva – limone, sale q.b. <p>Pane gr 50</p> <p>Frutta fresca di stagione gr 150</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kcal 637 - Protidi 16,8% - Lipidi 22% - Glucidi 61,2%
VENERDI	<p>Passatelli (o stracciatella) in brodo</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 25 uovo (n.1 per n.2 porzioni) - gr 15 pangrattato - gr 15 parmigiano - gr 250 brodo di carne - limone, sale q.b. <p>Prosciutto cotto senza conservanti (gr 30)</p> <p>Patate lesse</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 120 patate - gr 5 olio extra vergine d'oliva – sale q.b. <p>Pane gr 50</p> <p>Frutta fresca di stagione gr 150</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kcal 611 - Protidi 19,5% - Lipidi 28,6% - Glucidi 51,9%
SABATO	<p>Passato di legumi con pasta o crostini (es: <u>passato di legumi con pasta</u> - pasta e lenticchie - <u>maltagliati con fagioli</u> – <u>crema di ceci e broccoletti con crostini</u>)</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 30 pasta di semola - gr 20 legumi (fagioli secchi o lenticchie) - gr 10 pomodori pelati - gr 5 parmigiano - gr 5 olio extra vergine d'oliva - prezzemolo, aglio, sale q.b. <p>Stracchino (gr 40)</p> <p>Verdura cotta di stagione</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 100 verdure - gr 5 olio extra vergine d'oliva - sale q.b. <p>Pizza bianca</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 50 farina gr 2 olio – rosmarino, lievito, sale q.b. <p>Frutta fresca di stagione gr 150</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kcal 679 - Protidi 14,8% - Lipidi 33,3% - Glucidi 51,9%



Media settimanale dei principi nutritivi:

- Kcal: 661

- Protidi: 16,5%

- Lipidi: 23,8%

- Glucidi: 59,7%

LUNEDI	Maccheroncini ai formaggi - gr 60 pasta - gr 30 latte - gr 30 formaggi (Emmental mozzarella ricotta) - gr 6 parmigiano - erbe aromatiche, sale q.b. Bresaola con rucola (bresaola gr 25) Verdura cruda di stagione - gr 80 verdure - gr 4 olio extra vergine d'oliva – limone, sale q.b. Pane gr 50 Frutta fresca di stagione gr 150	- Kcal 673 - Protidi 19,4% - Lipidi 22,8% - Glucidi 57,8%
MARTEDI	Passato di verdura con pasta (o crostini di pane) - gr 30 pasta - gr 75 verdure (es: bieta, carote, patate, zucchine, spinaci) - gr 5 sedano - gr 10 fagioli freschi - gr 5 parmigiano - gr 4 olio extra vergine d'oliva - cipolla, sale q.b. Pesce al forno con patate (es: filetti di sogliole e patate – merluzzo pasticcato – merluzzo nascosto con verdure – Bocconcini di merluzzo e pomodori e patate) - gr 70 filetti di sogliola - gr 60 patate - gr 5 olio extra vergine d'oliva - gr 15 pangrattato - sale q.b. Insalata - gr 50 insalata - gr 3 olio extra vergine d'oliva – sale, aceto o limone q.b. Pane gr 50 Frutta fresca di stagione gr 150	- Kcal 656 - Protidi 16,6% - Lipidi 22,7% - Glucidi 60,7%
MERCOLEDI	Ravioli di spinaci e ricotta con pomodoro - gr 50 pasta - gr 60 spinaci - gr 25 ricotta - gr 40 pomodori pelati - gr 8 parmigiano - gr 4 olio extra vergine d'oliva - sale q.b. Polpettine di carne in bianco - gr 30 carni miste (es: tacchino, vitellone, maiale) - gr 5 parmigiano - gr 6 uovo (N.1 per n.8 porzioni circa) - gr 13 patate - gr 3 olio extra vergine d'oliva – pangrattato - sale q.b. Verdura cruda di stagione - gr 80 verdura - gr 4 olio extra vergine d'oliva – sale, aceto o limone q.b. Pane gr 50 Frutta fresca di stagione gr 150	- Kcal 683 - Protidi 16,9% - Lipidi 29,3% - Glucidi 53,8%



GIOVEDI	<p>Pastina in brodo</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 30 pasta - gr 200 brodo vegetale (preparato con verdure fresche) - gr 5 parmigiano <p>Fettina in pizzaiola</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 60 vitellone magro - gr 20 pomodori pelati - gr 3 olio extra vergine d'oliva – aglio, origano, sale q.b. <p>Purea di patate</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 120 patate - gr 15 latte - gr 5 burro - gr 3 parmigiano - sale q.b <p>Pane gr 50</p> <p>Frutta fresca di stagione gr 150</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kcal 608 - Protidi 18,1% - Lipidi 20,1% - Glucidi 61,8%
VENERDI	<p>Pasta con sugo di legumi (es: <u>sugo di fagioli</u> – sugo di ceci – sugo di lenticchie)</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 60 pasta - gr 13 fagioli secchi - gr 40 pomodori pelati - gr 5 olio extra verg. d'oliva - sale q.b. <p>Formaggio (es: gr 40 caciotta fresca)</p> <p>Verdura cotta di stagione</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 100 verdure - gr 5 olio extra vergine d'oliva - sale q.b <p>Pane gr 50</p> <p>Frutta fresca di stagione gr 150</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kcal 675 - Protidi 13,7% - Lipidi 25,5% - Glucidi 60,8%
SABATO	<p>Risotto con verdure (es: risotto con radicchio_)</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 60 riso - gr 20 radicchio rosso - gr 250 brodo vegetale (preparato con verdure fresche) - gr 5 olio extra vergine d'oliva – cipolla, sale q.b.. - gr 3 parmigiano <p>Pesce al forno</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 70 pesce - gr 5 olio extra verg. d'oliva - gr 5 pangrattato - sale q.b. <p>Verdura cruda di stagione</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 80 verdura - gr 4 olio extra vergine d'oliva – sale, aceto o limone q.b. <p>Pane gr 50</p> <p>Frutta fresca di stagione gr 150</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kcal 672 - Protidi 14,6% - Lipidi 21,9% - Glucidi 63,5%



[Handwritten signature]

Media settimanale dei principi nutritivi:

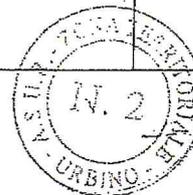
- Kcal: 641

- Protidi: 15,7 %

- Lipidi: 21,5 %

- Glucidi: 62,8 %

LUNEDI	<p>Passato di verdura e legumi</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 20 legumi secchi - gr 100 verdure miste (broccoletti, patate, carote, spinaci, bieta, pomodori, sedano etc.) - gr 4 olio extra vergine d'oliva – sale q.b. <p>Pizza pomodoro e mozzarella</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 75 farina - gr 30 mozzarella - gr 50 pomodori - gr 3 lievito di birra - origano, sale q.b. <p>Verdura cruda di stagione</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 80 verdura - gr 4 olio extra vergine d'oliva - sale, aceto o limone q.b. <p>Pane gr 50</p> <p>Frutta fresca di stagione gr 150</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kcal 601 - Protidi 15,6% - Lipidi 23,6% - Glucidi 60,8%
MARTEDI	<p>Pasta al pomodoro</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 60 pasta di semola - gr 60 pomodori fresco (o gr 40 pelati) - gr 5 parmigiano - gr 4 olio extra vergine d'oliva – sale q.b. <p>Prosciutto crudo magro (gr 30)</p> <p>Verdura gratinate al forno (es: teglia di zucchini e pomodori – Spinaci al grati)</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 100 verdura - gr 15 pangrattato - gr 5 olio extra vergine d'oliva – sale q.b. <p>Pane gr 50</p> <p>Frutta fresca di stagione gr 150</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kcal 653 - Protidi 14,9% - Lipidi 17,8 % - Glucidi 67,3%
MERCOLEDI	<p>Pasta con verdure (es: <u>pasta con zucca gialla</u> - <u>pasta con sugo primavera</u>)</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 60 pasta - gr 15 patate - gr 30 zucca gialla - gr 5 parmigiano - gr 3 olio extra vergine d'oliva – cipolla latte sale q.b. <p>Petto di pollo o tacchino (es: petto di pollo alla griglia – petto di pollo alla salvia – scaloppe di tacchino al limone e prezzemolo – petto di tacchino al forno – petto di pollo al latte – pollo in crema di lattuga –Petti di pollo gustosi)</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 60 carne - gr. 2 olio extra vergine d'oliva – farina, limone, sale q.b. <p>Verdura cruda di stagione</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 80 verdura - gr 4 olio extra vergine d'oliva – sale, aceto o limone q.b. <p>Pane gr 50</p> <p>Frutta fresca di stagione gr 150</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kcal 611 - Protidi 18,2% - Lipidi 17,6% - Glucidi 64,2%



GIOVEDI	<p>Tagliatelle al ragù di carne (o pasta al forno)</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 60 pasta all'uovo - gr 15 vitellone magro - gr 60 pomodori maturi (o gr 40 pelati) - gr 5 parmigiano - gr 2 olio extra vergine d'oliva - carota, sedano, cipolla, sale q.b. <p>Formaggio (es: gr 50 caciotta)</p> <p>Verdura cruda di stagione</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 80 verdura - gr 4 olio extra vergine d'oliva – sale, aceto o limone q.b. <p>Pane gr 50</p> <p>Frutta fresca di stagione gr 150</p> <table border="1" data-bbox="363 667 1203 887"> <thead> <tr> <th data-bbox="363 667 778 698">Alternativa</th> <th data-bbox="778 667 1203 698">Alternativa</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="363 698 778 730">- Lasagne al forno al ragù di carne</td> <td data-bbox="778 698 1203 730">- Lasagne in bianco con verdure (es: carciofi)</td> </tr> <tr> <td data-bbox="363 730 778 761">- Verdura cotta mista</td> <td data-bbox="778 730 1203 761">- Prosciutto</td> </tr> <tr> <td data-bbox="363 761 778 792">- Pane</td> <td data-bbox="778 761 1203 792">- Verdura cruda di stagione</td> </tr> <tr> <td data-bbox="363 792 778 824">- Frutta fresca di stagione</td> <td data-bbox="778 792 1203 824">- Pane</td> </tr> <tr> <td></td> <td data-bbox="778 824 1203 887">- Frutta fresca di stagione</td> </tr> </tbody> </table>	Alternativa	Alternativa	- Lasagne al forno al ragù di carne	- Lasagne in bianco con verdure (es: carciofi)	- Verdura cotta mista	- Prosciutto	- Pane	- Verdura cruda di stagione	- Frutta fresca di stagione	- Pane		- Frutta fresca di stagione	<ul style="list-style-type: none"> - Kcal 674 - Protidi 16,3% - Lipidi 27,7% - Glucidi 56%
Alternativa	Alternativa													
- Lasagne al forno al ragù di carne	- Lasagne in bianco con verdure (es: carciofi)													
- Verdura cotta mista	- Prosciutto													
- Pane	- Verdura cruda di stagione													
- Frutta fresca di stagione	- Pane													
	- Frutta fresca di stagione													
VENERDI	<p>Risotto con verdure (es: - <u>risotto con zucca gialla**</u> - <u>risotto con porri – risotto con zucchine</u>)</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 60 riso - gr 75 zucca gialla - gr 4 parmigiano - gr 225 brodo vegetale (preparato con verdure fresche) - gr. 5 olio extra vergine d'oliva – aglio, sale q.b. <p>Pesce (es: <u>rosette di merluzzo al forno</u> - filetti al forno gratinati - <u>pesce al forno – merluzzo al piatto – Filetti di sogliola dorati</u>)</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 70 pesce - gr 5 olio extra vergine d'oliva - gr 10 pangrattato-aglio, prezzemolo, sale q.b.. <p>Insalata</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 50 insalata - gr 3 olio extra vergine d'oliva – sale, aceto o limone q.b. <p>Pane gr 50 - Frutta fresca di stagione gr 150</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kcal 689 - Protidi 15% - Lipidi 20,6% - Glucidi 64,4% 												
SABATO	<p>Pasta con verdure (es: <u>pasta con salsa di spinaci e ricotta - Pasta con zucchine e basilico</u>)</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 60 pasta - gr 20 spinaci - gr 10 ricotta di mucca - gr 5 latte - gr 2 parmigiano - sale q.b. <p>Frittata (es: <u>Frittata al forno con verdure – frittata con patate</u>)</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 25 uovo (N.1 per n.2 porzioni) - gr 15 ricotta di vacca - gr 15 latte - gr 5 parmigiano - gr 50 bietole (o altra verdura di stagione) <p>Verdura cotta di stagione</p> <ul style="list-style-type: none"> - gr 100 verdure - gr 5 olio extra vergine d'oliva - sale q.b <p>Pane gr 50</p> <p>Frutta fresca di stagione gr 150</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kcal 617 - Protidi 14,3% - Lipidi 21,2% - Glucidi 64,5% 												



SCUOLA INFANZIA

MERENDA

ALLEGATO N.2

	I Settimana	II Settimana	III Settimana	IV Settimana	V Settimana
Lunedì	Latte e biscotti secchi gr 125 latte (1 bicchiere) gr 20 biscotti secchi (n.3-4 biscotti) Kcal 150	Frutta fresca di stagione (gr 150) Kcal 79	Latte e biscotti secchi gr 125 latte (1 bicchiere) gr 20 biscotti secchi (n.3-4 biscotti) Kcal 150	Latte e biscotti secchi gr 125 latte (1 bicchiere) gr 20 biscotti secchi (n.3-4 biscotti) Kcal 150	Latte con cereali gr 125 latte (1 bicchiere) gr 20 cereali Kcal 148
Martedì	Dolce N.1 porzione di dolce secco (es: <u>torta di mele rustica-torta di mele e yogurt</u>) Kcal 156	Latte e biscotti secchi gr 125 latte (1 bicchiere) gr 20 biscotti secchi (n.3-4 biscotti) Kcal 150	Dolce N.1 porzione di dolce secco (es: <u>dolce allo Yogurt</u>) Kcal 142	Pane e miele n.1 fetta di pane gr 10 miele Kcal 113	Pane e marmellata n.1 fetta di pane gr 10 marmellata Kcal 105
Mercoledì	Yogurt alla frutta n.1 vasetto yogurt frutta Kcal 110	Yogurt alla frutta n.1 vasetto yogurt frutta Kcal 110			
Giovedì	Pane e marmellata n.1 fetta di pane (gr 30) gr 10 marmellata Kcal 105	Banana Kcal 99	Pane e marmellata n.1 fetta di pane (gr 30) gr 10 marmellata Kcal 105	Pizza bianca gr 50 pizza (es: focaccia al rosmarino-focaccia alla salvia) Kcal 150	Dolce N.1 porzione di dolce secco (es: <u>torta di pere-torta di banana</u>) Kcal 156
Venerdì	Banana Kcal 99	Pane e miele n.1 fetta di pane gr 10 miele Kcal 113	Banana Kcal 99	Frutta fresca di stagione (gr 150) Kcal 79	Pane e olio n.1 fetta di pane (gr 30) gr 5 olio Kcal 128
Sabato	Frutta fresca di stagione (gr 150) Kcal 79	Focaccia barese (o pane e olio) n.1 porzione Kcal 156	Frutta fresca di stagione (gr 150) Kcal 79	Banana Kcal 99	Banana Kcal 99

