

Prot: n° 4339 V-6
del 03/10/2023

MENU' STANDARD adeguato alle " Linee di indirizzo nazionale
per la ristorazione scolastica
Data di pubblicazione: 17 novembre 2021 , ultimo
aggiornamento 29 marzo 2022

[Handwritten signature]

SCUOLA PRIMARIA - PRIMA SETTIMANA autunno-inverno					MEDIA
LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	
Riso alla parmigiana riso 60 parmigiano 5 olio extravergine di oliva 5 Petto di pollo alle erbe aromatiche petto di pollo 70 olio extravergine di oliva 5 erbe aromatiche q.b.	Pasta e fagioli pasta di semola corta 60 fagioli freschi 40 olio extravergine di oliva 5 pomodoro-passata 50 Mozzarella di vacca Mozzarella di vacca 80 ricotta di vacca 100 Insalata verde insalata verde 80 olio extravergine di oliva 5 Patate al forno patate 50 olio extravergine di oliva 5 Pane comune 60 Frutta di stagione 150	Pasta al pomodoro e basilico pasta corta di semola 60 pomodoro pelati 40 parmigiano 5 olio extravergine di oliva 5 Scaloppina al pomodoro vitello, carne magra 60 pomodori pelati 50 olio extravergine di oliva 7 Broccoletti in padella broccoli di rapa 80 olio extravergine di oliva 5 Pane comune 60 Frutta di stagione 150	Pasta e patate pasta corta di semola 40 patate 40 olio extravergine di oliva 5 Sogliola in umido filetto di sogliola 90 olio extravergine di oliva 7 Carote al naturale carote 100 olio extravergine di oliva 5 Pane comune 60 Frutta di stagione 150	Passato di verdure con pasta pasta corta di semola 60 fagiolini, zucchini (cadauno) 50 carote, pomodoro (cadauno) 50 olio extravergine di oliva 8 Prosciutto cotto prosciutto cotto magro 60 prosciutto crudo magro 60 Insalata di verdure miste lattuga 80 pomodori 50 olio extravergine di oliva 7 Pane comune 60 Frutta di stagione 150	694 17,1 56,1 26,8 28,8 101,2 21,1
SCUOLA PRIMARIA - SECONDA SETTIMANA autunno-inverno					MEDIA
LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	
Gnocchetti al pomodoro pasta di semola tipo gnocchetti 60 pomodoro pelati 50 parmigiano grat. 5 olio extravergine di oliva 5 Ricotta di vacca Ricotta di vacca 90 mozzarella di vacca 80 Bieta al vapore bieta 120 olio extravergine di oliva 5	Riso con piselli riso 50 piselli surgelati 45 olio extravergine di oliva 5 Cosce di pollo al forno cosce di pollo dissossato 60 olio extravergine di oliva 7 Broccoletti al limone broccoli di rapa 100 olio extravergine di oliva 6 succo di limone q.b.	Farfalle pomodoro e parmigiano pasta tipo farfalle 60 pomodoro pelati 50 parmigiano 5 olio extravergine di oliva 5 Scaloppine al limone vitello in fettine 60 farina q.b. olio extravergine di oliva 5 succo di limone q.b. Spinaci in padella spinaci 80 olio extravergine di oliva 5	pasta e ceci pasta, tipo corta 50 ceci freschi 50 olio extravergine di oliva 5 Sogliola al pomodoro filetto di sogliola 80,0 olio extravergine di oliva 5 pomodoro passato q.b. Insalata Insalata 120 olio extravergine di oliva 5 Pane comune 60 Frutta di stagione 150	Passato di verdure con riso riso 50 fagiolini, zucchini (cadauno) 50 carote, pomodoro (cadauno) 50 olio extravergine di oliva 7 Frittata di zucchini al forno uova 60 carciofi 100 zucchini 100 parmigiano 5 olio extravergine di oliva 5 Piselli in tegame piselli surgelati 50 olio extravergine di oliva 5 Pane comune 60 Frutta di stagione 150	698 16,4 54,9 28,6 22,0 98,1 21,3

SCUOLA PRIMARIA - TERZA SETTIMANA *autunno-inverno*

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Pasta con le zucchini pasta corta di semola 60 zucchini/ broccoli 50 parmigiano gratt. 5 olio extravergine di oliva 6 Prosciutto cotto Prosciutto cotto magro 60 <i>Prosciutto crudo magro</i> 60 Carote al naturale Carote 80 olio extravergine di oliva 6 Pane comune 60 Frutta di stagione 150	Riso al parmigiano riso parboiled 60 pomodori pelati 40 parmigiano grattugiato 5 olio extravergine di oliva 7 Spezzatino di tacchino con patate tacchino 50 patate 50 olio extravergine di oliva 8 Pane comune 60 Frutta di stagione 150	Pasta con la zucca pasta corta di semola 60 zucca 50 parmigiano 5 olio extravergine di oliva 5 Filetto di platessa in umido Filetto di platessa 70 pomodori pelati 50 olio extravergine di oliva 5 Broccoletti al limone broccoli 100 limone q.b. olio extravergine di oliva 5 Pane comune 60 Frutta di stagione 150	Pasta e lenticchie pasta corta di semola 40 lenticchie fresche 60 olio extravergine di oliva 7 Ricotta di vacca Ricotta di vacca omogeneizzata 100 Bieta lessa bieta lessa 120 olio extravergine di oliva 6 Pane comune 60 Frutta di stagione 150	Passata di verdura con pasta pasta tipo corta 60 fagiolini, zucchini 40 carote, pomodoro 40 olio extravergine di oliva 5 Frittata di spinaci al forno Uova 60 spinaci 50 olio extravergine di oliva 5 Fagiolini al limone fagiolini 100 succo di limone q.b. olio extravergine di oliva 5 Pane comune 60 Frutta di stagione 150
Kcal 675 Proteine % 17,6 Carboidrati % 57,8 Lipidi % 24,6 Proteine gr 28,9 Carboidrati gr 101,4 Lipidi gr 18,0	Kcal 717 Proteine % 15,6 Carboidrati % 57,4 Lipidi % 27,4 Proteine gr 27,5 Carboidrati gr 108,0 Lipidi gr 21,2	Kcal 696 Proteine % 18,3 Carboidrati % 55,4 Lipidi % 26,0 Proteine gr 31,5 Carboidrati gr 99,0 Lipidi gr 19,4	Kcal 699 Proteine % 14,5 Carboidrati % 52,0 Lipidi % 33,0 Proteine gr 24,6 Carboidrati gr 94,0 Lipidi gr 25,0	Kcal 707 Proteine % 15,0 Carboidrati % 55,6 Lipidi % 28,9 Proteine gr 26,0 Carboidrati gr 101,5 Lipidi gr 22,0

MEDIA

699
16,3
55,6
28,0
27,7
100,3
21,1

SCUOLA PRIMARIA - QUARTA SETTIMANA *autunno-inverno*

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Orecchiette con pomodoro pasta tipo orecchiette 60 pomodoro 50 olio extravergine di oliva 5 Platessa al pomodoro filetto di platessa 80 olio extravergine di oliva 5 Fagiolini al vapore Fagiolini 100 olio extravergine di oliva 5 Pane comune 60 Frutta di stagione 150	Risotto con i carciofi riso tipo parboiled 50 carciofi 50 parmigiano grattugiato 10 olio extravergine di oliva 5 Mozzarella di vacca mozzarella 100 ricotta di vacca 100 Insalata mista lattuga 100 pomodori 25 carote 25 olio extravergine di oliva 5 Pane comune 60 Frutta di stagione 150	Passato vi verdure con pasta pasta corta di semola 60 fagiolini, zucchini 60 carote, pomodoro 60 olio extravergine di oliva 5 Arista di maiale al forno carré di maiale dissossato 60 carote 30 olio extra vergine di oliva 5 Scarola ripassata scarola 120 olio extravergine di oliva 5 Pane comune 60 Frutta di stagione 150	Pata al pomodoro e basilico pasta corta di semola 60 pomodori pelati 60 olio extravergine di oliva 5 parmigiano grattugiato 5 Petto di tacchino al limone petto di tacchino 60 succo di limone q.b. olio extra vergine di oliva 5 Carote al naturale carote 100 olio extravergine di oliva 5 Pane comune 60 Frutta di stagione 150	Pasta con piselli pasta corta di semola 50 piselli surgelati 50 olio extravergine di oliva 7 Prosciutto cotto prosciutto cotto magro 60 <i>Prosciutto crudo magro</i> 60 Carciofi stufati carciofi 150 olio extravergine di oliva 6 Pane comune 60 Frutta di stagione 150
Kcal 679 Proteine % 19,3 Carboidrati % 56,0 Lipidi % 25,0 Proteine gr 31,7 Carboidrati gr 98,9 Lipidi gr 18,0	Kcal 719 Proteine % 14,5 Carboidrati % 53,0 Lipidi % 32,5 Proteine gr 25 Carboidrati gr 99 Lipidi gr 25	Kcal 713 Proteine % 17,5 Carboidrati % 55,0 Lipidi % 27,4 Proteine gr 30 Carboidrati gr 101,5 Lipidi gr 21	Kcal 699 Proteine % 17,8 Carboidrati % 54,0 Lipidi % 28,0 Proteine gr 30 Carboidrati gr 98,7 Lipidi gr 21	Kcal 670 Proteine % 19,5 Carboidrati % 55,6 Lipidi % 25,0 Proteine gr 31 Carboidrati gr 94 Lipidi gr 17,6

MEDIA

696
17,7
54,7
27,6
29,5
98,4
20,5