

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU ESTIVO
RICETTARIO
Scuola dell'infanzia e scuola primaria



TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU ESTIVO
RICETTARIO
Scuola dell'infanzia e scuola primaria

PRIMI PIATTI

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Pasta e zucchine | | |
| Pasta di semola | 40 | 40 |
| Zucchine | 100 | 150 |
| Parmigiano | 5 | 5 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|-----------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Pasta con tonno | | |
| Pasta di semola | 40 | 40 |
| Tonno sott'olio sgocciolato | 40 | 50 |
| Pomodori pelati | 60 | 80 |
| Parmigiano | 5 | 5 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Riso al pomodoro | | |
| Riso | 40 | 50 |
| Pomodori pelati | 100 | 100 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Parmigiano | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|--|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Pizza con mozzarella e prosciutto cotto | | |
| Farina | 80 | 100 |
| Mozzarella | 20 | 25 |
| Prosciutto cotto | 20 | 25 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |

[Handwritten signatures and initials]

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU ESTIVO
RICETTARIO
Scuola dell'infanzia e scuola primaria

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|-----------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Pasta con lenticchie | | |
| Pasta di semola | 30 | 30 |
| Lenticchie | 20 | 30 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Parmigiano | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Pasta con fagioli | | |
| Pasta di semola | 30 | 30 |
| Fagioli secchi | 20 | 30 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Pasta e zucca | | |
| Pasta di semola | 40 | 40 |
| Zucca | 100 | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Pasta al pomodoro | | |
| Pasta di semola | 40 | 50 |
| Pomodori pelati | 100 | 100 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Parmigiano | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU ESTIVO
RICETTARIO
Scuola dell'infanzia e scuola primaria

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|----------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Risotto con spinaci | | |
| Riso | 40 | 40 |
| Spinaci | 100 | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Parmigiano | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Risotto con zucca | | |
| Riso | 40 | 40 |
| Zucca | 100 | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Pasta con piselli | | |
| Pasta di semola | 30 | 40 |
| Piselli | 100 | 100 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Prosciutto cotto | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Pasta primavera | | |
| Pasta di semola | 40 | 50 |
| Pomodori pelati | 100 | 100 |
| Prosciutto cotto | 20 | 30 |
| Piselli | 20 | 30 |
| Mozzarella | 20 | 20 |
| Parmigiano | 5 | 5 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU ESTIVO
RICETTARIO
Scuola dell'infanzia e scuola primaria

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Pasta con patate | | |
| Pasta di semola | 30 | 40 |
| Patate | 100 | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Parmigiano | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|-----------------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Gnocchetti alla sorrentina | | |
| Pasta di semola | 40 | 50 |
| Pomodori pelati | 100 | 100 |
| Mozzarella | 20 | 30 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Parmigiano | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|-----------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Pasta alla bolognese | | |
| Pasta di semola | 40 | 50 |
| Pomodori pelati | 100 | 100 |
| Macinato di bovino magro | 30 | 30 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Parmigiano | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU ESTIVO
RICETTARIO
Scuola dell'infanzia e scuola primaria

SECONDI PIATTI

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Polpette di bovino al pomodoro | | |
| Macinato di bovino magro | 100 | 120 |
| Pomodori pelati | 100 | 100 |
| Pangrattato | 20 | 25 |
| Uova | 10 | 15 |
| Parmigiano | 5 | 5 |
| Olio extravergine d'oliva | 10 | 10 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|----------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Mozzarella | | |
| Mozzarella imbustata | 80 | 100 |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|-------------------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Bastoncini di pesce al forno | | |
| Bastoncini di pesce | 75 | 100 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|-------------------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Crocchette di pollo al forno | | |
| Crocchette di pollo | 100 | 100 |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|----------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Prosciutto cotto | | |
| Prosciutto cotto imbustato | 30 | 40 |

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU ESTIVO
RICETTARIO
Scuola dell'infanzia e scuola primaria

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|-------------------|-------------------------|--------------------|
| | g | g |
| Formaggini | | |
| Formaggini (2) | 60 | 60 |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|----------------------------------|-------------------------|--------------------|
| | g | g |
| Filetti di pesce in umido | | |
| Filetti di pesce | 100 | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Limone (a parte) | q.b. | q.b. |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|--|-------------------------|--------------------|
| | g | g |
| Frittata con spinaci o zucchine | | |
| Uova | 60 | 60 |
| Spinaci o zucchine | 100 | 100 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Parmigiano | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|-------------------------|--------------------|
| | g | g |
| Pollo al forno | | |
| Fusi di pollo | 100 | 120 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|------------------------------|-------------------------|--------------------|
| | g | g |
| Cotoletta di mare | | |
| Cotoletta di pesce surgelata | 100 | 120 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |

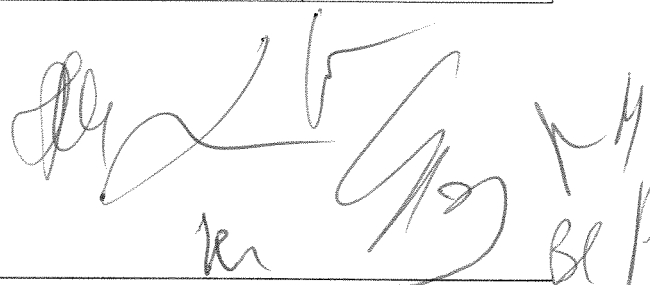


TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU ESTIVO
RICETTARIO
Scuola dell'infanzia e scuola primaria

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|--|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Spezzatino di bovino con patate | | |
| Bovino magro | 100 | 120 |
| Patate | 100 | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 10 | 10 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|----------------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Arista di maiale al forno | | |
| Arista di maiale | 100 | 120 |
| Olio extravergine d'oliva | 10 | 10 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|--|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Prosciutto cotto e formaggio fresco a fette | | |
| Prosciutto cotto imbustato | 30 | 30 |
| Formaggio fresco a fette | 30 | 30 |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|--|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Salsiccia di pollo e tacchino al forno con patate | | |
| Salsiccia di pollo e tacchino | 80 | 100 |
| Patate | 100 | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Frittata di patate | | |
| Uova | 60 | 60 |
| Patate | 100 | 100 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Parmigiano | q.b. | q.b. |

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU ESTIVO
RICETTARIO
Scuola dell'infanzia e scuola primaria

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|----------------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Pollo al forno con patate | | |
| Fusi di pollo | 100 | 120 |
| Patate | 100 | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 10 | 10 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|------------------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Polpette di bovino al forno | | |
| Macinato di bovino magro | 100 | 120 |
| Pangrattato | 20 | 25 |
| Uova | 10 | 15 |
| Parmigiano | 5 | 5 |
| Olio extravergine d'oliva | 10 | 10 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU ESTIVO
RICETTARIO
Scuola dell'infanzia e scuola primaria

CONTORNI

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|------------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Fagiolini al pomodoro | | |
| Fagiolini | 100 | 150 |
| Pomodori pelati | q.b. | q.b. |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Patate e piselli | | |
| Patate | 100 | 150 |
| Piselli | 80 | 100 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Patate brasate | | |
| Patate | 120 | 180 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Carote all'agro | | |
| Carote | 100 | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Limone (a parte) | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Mais e carote | | |
| Mais | 80 | 100 |
| Carote | 100 | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU ESTIVO
RICETTARIO
Scuola dell'infanzia e scuola primaria

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Mais | | |
| Mais | 80 | 100 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Spinaci all'agro | | |
| Spinaci | 100 | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Limone (a parte) | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|--|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Fagiolini e patate all'insalata | | |
| Fagiolini | 100 | 150 |
| Patate | 100 | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Limone (a parte) | q.b. | q.b. |

FRUTTA, PANE E DOLCETTO

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Frutta di stagione | 150 | 150 |
| Panino | 50 | 80 |
| Dolcetto biologico non farcito | 30 | 30 |

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU ESTIVO
RICETTARIO
Scuola secondaria di primo grado

PRIMI PIATTI

| | g |
|---------------------------|----------|
| Pasta al pomodoro | |
| Pasta di semola | 60 |
| Pomodori pelati | 100 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Parmigiano | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|-----------------------------|----------|
| Pasta al tonno | |
| Pasta di semola | 60 |
| Tonno sott'olio sgocciolato | 30 |
| Pomodori pelati | 100 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Parmigiano | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|---------------------------|----------|
| Riso al pomodoro | |
| Riso | 60 |
| Pomodori pelati | 100 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Parmigiano | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|--|----------|
| Pizza con mozzarella e prosciutto cotto | |
| Farina | 120 |
| Mozzarella | 30 |
| Prosciutto cotto | 30 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |

| | g |
|-----------------------------|----------|
| Pasta con lenticchie | |
| Pasta di semola | 40 |
| Lenticchie | 30 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Aromi | q.b. |

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU ESTIVO
RICETTARIO
Scuola secondaria di primo grado

| | g |
|---------------------------|----------|
| Pasta con fagioli | |
| Pasta di semola | 40 |
| Fagioli secchi | 30 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|----------------------------------|----------|
| Pasta con olive e capperi | |
| Pasta di semola | 60 |
| Olive nere | 30 |
| Capperi | q.b. |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|---------------------------|----------|
| Pasta e zucca | |
| Pasta di semola | 50 |
| Zucca | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|---------------------------|----------|
| Pasta e zucchine | |
| Pasta di semola | 50 |
| Zucchine | 150 |
| Parmigiano | 5 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|---------------------------|----------|
| Riso al pomodoro | |
| Riso | 60 |
| Pomodori pelati | 100 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Parmigiano | 5 |
| Aromi | q.b. |

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU ESTIVO
RICETTARIO
Scuola secondaria di primo grado

| | g |
|---------------------------|----------|
| Risotto con zucca | |
| Riso | 50 |
| Zucca | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|---------------------------|----------|
| Pasta con piselli | |
| Pasta di semola | 40 |
| Piselli | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Prosciutto cotto | 10 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|---------------------------|----------|
| Pasta con patate | |
| Pasta di semola | 50 |
| Patate | 180 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Parmigiano | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|---------------------------|----------|
| Pasta primavera | |
| Pasta di semola | 60 |
| Pomodori pelati | 100 |
| Piselli | 30 |
| Prosciutto cotto | 30 |
| Mozzarella | 20 |
| Parmigiano | 5 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|-----------------------------------|----------|
| Gnocchetti alla sorrentina | |
| Pasta di semola | 60 |
| Pomodori pelati | 100 |
| Mozzarella | 30 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Parmigiano | 5 |
| Aromi | q.b. |

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU ESTIVO
RICETTARIO
Scuola secondaria di primo grado

| | g |
|-----------------------------|----------|
| Pasta alla bolognese | |
| Pasta di semola | 60 |
| Pomodori pelati | 100 |
| Macinato di bovino magro | 40 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Parmigiano | 5 |
| Aromi | q.b. |

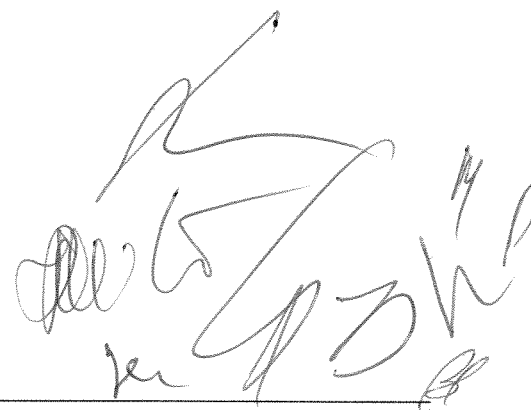


TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU ESTIVO
RICETTARIO
Scuola secondaria di primo grado

SECONDI PIATTI

| | g |
|---------------------------------------|----------|
| Polpette di bovino al pomodoro | |
| Macinato di bovino magro | 150 |
| Pomodori pelati | 100 |
| Pangrattato | 30 |
| Uova | 20 |
| Parmigiano | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|----------------------|----------|
| Mozzarella | |
| Mozzarella imbustata | 120 |

| | g |
|-------------------------------------|----------|
| Bastoncini di pesce al forno | |
| Bastoncini di pesce | 100 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |

| | g |
|-------------------------------------|----------|
| Crocchette di pollo al forno | |
| Crocchette di pollo | 100 |

| | g |
|--------------------------------------|----------|
| Prosciutto crudo e mozzarella | |
| Prosciutto crudo imbustato | 40 |
| Mozzarella | 50 |

| | g |
|-----------------------------------|----------|
| Formaggio spalmabile | |
| Formaggio spalmabile monoporzione | 60 |

| | g |
|-----------------------------|----------|
| Pesce spada al forno | |
| Filetti di pesce spada | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Aromi | q.b. |
| Limone (a parte) | q.b. |

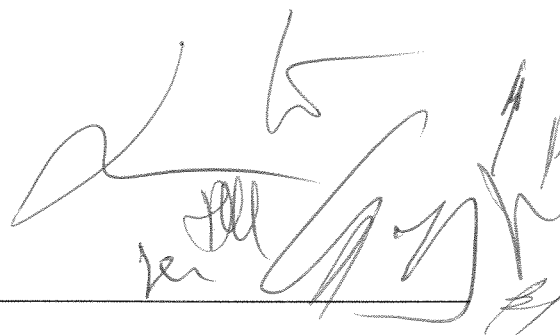


TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU ESTIVO
RICETTARIO
Scuola secondaria di primo grado

| | g |
|--|----------|
| Frittata con spinaci o zucchine | |
| Uova | 120 |
| Spinaci o zucchine | 100 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Parmigiano | 5 |

| | g |
|---------------------------|-------------|
| Pollo al forno | |
| Fusi di pollo | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|-----------------------------------|----------|
| Insalata di tonno e patate | |
| Tonno sott'olio sgocciolato | 80 |
| Patate | 100 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|-------------------------------------|----------|
| Crocchette di pollo al forno | |
| Crocchette di pollo | 100 |

| | g |
|--|----------|
| Spezzatino di bovino con patate | |
| Bovino magro | 150 |
| Patate | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|----------------------------------|----------|
| Arista di maiale al forno | |
| Arista di maiale | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 10 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|--|----------|
| Prosciutto cotto e formaggio fresco a fette | |
| Prosciutto cotto imbustato | 40 |
| Formaggio fresco a fette | 30 |

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU ESTIVO
RICETTARIO
Scuola secondaria di primo grado

| | g |
|---------------------------------------|----------|
| Polpette di bovino al pomodoro | |
| Macinato di bovino magro | 150 |
| Pomodori pelati | 100 |
| Pangrattato | 30 |
| Uova | 20 |
| Parmigiano | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|--|----------|
| Salsiccia di pollo e tacchino al forno con patate | |
| Salsiccia di pollo e tacchino | 120 |
| Patate | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|---------------------------|----------|
| Frittata di patate | |
| Uova | 120 |
| Patate | 100 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Parmigiano | 5 |

| | g |
|---------------------------------|----------|
| Fuso di pollo con patate | |
| Fuso di pollo | 150 |
| Patate | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|----------------------------|----------|
| Tacchino arrosto | |
| Tacchino arrosto imbustato | 40 |

| | g |
|----------------------|----------|
| Mozzarella | |
| Mozzarella imbustata | 100 |

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU ESTIVO
RICETTARIO
Scuola secondaria di primo grado

| | g |
|------------------------------|----------|
| Cotoletta di mare | |
| Cotoletta di pesce surgelata | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |

| | g |
|------------------------------------|----------|
| Polpette di bovino al forno | |
| Macinato di bovino magro | 150 |
| Pangrattato | 30 |
| Uova | 20 |
| Parmigiano | 5 |
| Aromi | q.b. |




TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU ESTIVO
RICETTARIO
Scuola secondaria di primo grado

CONTORNI

| | g |
|---------------------------|----------|
| Insalata verde | |
| Lattuga | 50 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Limone (a parte) | q.b. |

| | g |
|------------------------------|----------|
| Fagiolini al pomodoro | |
| Fagiolini | 150 |
| Pomodori pelati | q.b. |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |

| | g |
|---------------------------|----------|
| Carote all'agro | |
| Carote | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Limone (a parte) | q.b. |

| | g |
|---------------------------|----------|
| Mais e carote | |
| Mais | 100 |
| Carote | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |

| | g |
|---------------------------|----------|
| Mais | |
| Mais | 100 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |

| | g |
|---------------------------|----------|
| Spinaci all'agro | |
| Spinaci | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Limone (a parte) | q.b. |

| | g |
|---------------------------|----------|
| Fagiolini all'agro | |
| Fagiolini | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Limone (a parte) | q.b. |

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU ESTIVO
RICETTARIO
Scuola secondaria di primo grado

FRUTTA, PANE E DOLCETTO

| | g |
|---------------------------------------|----------|
| Frutta di stagione | 150 |
| Panino | 100 |
| Dolcetto biologico non farcito | 30 |

Handwritten signature and scribbles in the bottom right corner of the page.

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU INVERNALE
RICETTARIO
Scuola dell'infanzia e scuola primaria

PRIMI PIATTI

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|----------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Risotto con spinaci | | |
| Riso | 40 | 40 |
| Spinaci | 100 | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Parmigiano | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Pasta al pomodoro | | |
| Pasta di semola | 40 | 50 |
| Pomodori pelati | 100 | 100 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Parmigiano | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Pasta con zucchini | | |
| Pasta di semola | 40 | 40 |
| Zucchini | 100 | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Parmigiano | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|-----------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Pasta con lenticchie | | |
| Pasta di semola | 30 | 30 |
| Lenticchie | 20 | 30 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU INVERNALE
RICETTARIO
Scuola dell'infanzia e scuola primaria

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|-----------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Pasta alla bolognese | | |
| Pasta di semola | 40 | 50 |
| Pomodori pelati | 100 | 100 |
| Macinato di bovino magro | 30 | 30 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Parmigiano | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Riso o pasta con minestrone di verdure | | |
| Riso o Pasta di semola | 40 | 40 |
| Minestrone di verdure | 100 | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Parmigiano | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Pasta con ceci | | |
| Pasta di semola | 30 | 30 |
| Ceci secchi | 20 | 30 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|-------------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Pasta alla besciamella | | |
| Pasta di semola | 40 | 50 |
| Besciamella UHT | 30 | 40 |
| Mozzarella | 10 | 15 |
| Parmigiano | 5 | 5 |
| Prosciutto cotto | 10 | 15 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU INVERNALE
RICETTARIO
Scuola dell'infanzia e scuola primaria

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Pasta con patate | | |
| Pasta di semola | 30 | 40 |
| Patate | 100 | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Parmigiano | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Pasta con fagioli | | |
| Pasta di semola | 30 | 30 |
| Fagioli secchi | 20 | 30 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Pasta al forno | | |
| Pasta di semola | 40 | 50 |
| Pomodori pelati | 100 | 100 |
| Macinato di bovino magro | 30 | 30 |
| Mozzarella | 20 | 20 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Parmigiano | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|-------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Gateau di patate | | |
| Patate disidratate | 100 | 120 |
| Prosciutto cotto | 20 | 20 |
| Mozzarella | 20 | 20 |
| Uovo | 15 | 15 |
| Parmigiano | 5 | 5 |
| Burro | 5 | 5 |
| Pangrattato | q.b. | q.b. |

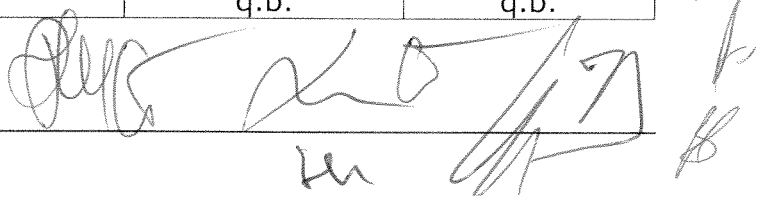


TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU INVERNALE
RICETTARIO
Scuola dell'infanzia e scuola primaria

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Pasta con piselli | | |
| Pasta di semola | 30 | 40 |
| Piselli | 100 | 100 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Prosciutto cotto | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Riso al forno | | |
| Riso | 40 | 50 |
| Pomodori pelati | 100 | 100 |
| Mozzarella | 15 | 20 |
| Prosciutto cotto | 15 | 20 |
| Macinato di bovino magro | 15 | 20 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Parmigiano | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|-----------------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| Gnocchetti alla sorrentina | | |
| Pasta di semola | 40 | 50 |
| Pomodori pelati | 100 | 100 |
| Mozzarella | 20 | 30 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Parmigiano | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU INVERNALE
RICETTARIO
Scuola dell'infanzia e scuola primaria

SECONDI PIATTI

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|------------------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Polpette di bovino al forno | | |
| Macinato di bovino magro | 100 | 120 |
| Pangrattato | 20 | 25 |
| Uova | 10 | 15 |
| Parmigiano | 5 | 5 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|-------------------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Bastoncini di pesce al forno | | |
| Bastoncini di pesce | 75 | 100 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|--|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Salsiccia di suino mista con patate brasate | | |
| Salsiccia di suino mista | 80 | 100 |
| Patate | 100 | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|----------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Mozzarella | | |
| Mozzarella imbustata | 80 | 100 |

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU INVERNALE
RICETTARIO
Scuola dell'infanzia e scuola primaria

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|-------------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Fuso di pollo al forno | | |
| Fuso di pollo | 100 | 120 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|------------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Cotoletta di mare | | |
| Cotoletta di pesce surgelata | 100 | 120 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Arrosto al forno | | |
| Bovino magro | 100 | 120 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|-----------------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Formaggio spalmabile | | |
| Formaggio spalmabile monoporzione | 60 | 60 |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Spezzatino di tacchino con piselli | | |
| Tacchino | 100 | 120 |
| Piselli | 100 | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 10 | 10 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Frittata di spinaci o zucchine | | |
| Uovo | 60 | 60 |
| Parmigiano | 5 | 5 |
| Spinaci o zucchine | 100 | 100 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU INVERNALE
RICETTARIO
Scuola dell'infanzia e scuola primaria

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Polpette di bovino al pomodoro | | |
| Macinato di bovino magro | 100 | 120 |
| Pangrattato | 20 | 25 |
| Uova | 10 | 15 |
| Parmigiano | 5 | 5 |
| Pomodori pelati | q.b. | q.b. |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|-------------------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Crocchette di pollo al forno | | |
| Crocchette di pollo | 100 | 100 |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|----------------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Filetti di pesce in umido | | |
| Filetti di pesce | 100 | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Frittata di patate | | |
| Uovo | 60 | 60 |
| Parmigiano | 5 | 5 |
| Patate | 100 | 100 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|----------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Tacchino arrosto | | |
| Tacchino arrosto imbustato | 30 | 40 |

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU INVERNALE
RICETTARIO
Scuola dell'infanzia e scuola primaria

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Salsiccia di tacchino e pollo con patate brasate | | |
| Salsiccia di suino mista | 80 | 100 |
| Patate | 100 | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|----------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Prosciutto cotto | | |
| Prosciutto cotto imbustato | 30 | 40 |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Spezzatino di bovino con piselli | | |
| Bovino magro | 100 | 120 |
| Piselli | 100 | 120 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|----------------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Arista di maiale al forno | | |
| Arista di maiale | 100 | 120 |
| Olio extravergine d'oliva | 10 | 10 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU INVERNALE
RICETTARIO
Scuola dell'infanzia e scuola primaria

CONTORNI

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Piselli in umido | | |
| Piselli | 100 | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|------------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Fagiolini al pomodoro | | |
| Fagiolini | 100 | 150 |
| Pomodori pelati | q.b. | q.b. |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Patate e piselli | | |
| Piselli | 80 | 100 |
| Patate | 100 | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|-----------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Purè di patate | | |
| Patate disidratate | 80 | 100 |
| Latte parzialmente scremato | 30 | 40 |
| Burro | 5 | 5 |
| Parmigiano | 5 | 5 |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Patate brasate | | |
| Patate | 100 | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Aromi | q.b. | q.b. |

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU INVERNALE
RICETTARIO
Scuola dell'infanzia e scuola primaria

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Fagiolini all'agro | | |
| Fagiolini | 100 | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Limone (a parte) | q.b. | q.b. |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Mais | | |
| Mais | 80 | 100 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |

| | SCUOLA DELL'INFANZIA | SCUOLA PRIMARIA |
|---------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | g | g |
| Carote all'agro | | |
| Carote | 100 | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 | 5 |
| Limone (a parte) | q.b. | q.b. |

FRUTTA, PANE E DOLCETTO

| | | |
|---------------------------------------|-----|-----|
| Frutta di stagione | 150 | 150 |
| Panino | 50 | 80 |
| Dolcetto biologico non farcito | 30 | 30 |

[Handwritten signatures and initials]

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU INVERNALE
RICETTARIO
Scuola secondaria di primo grado

PRIMI PIATTI

| | g |
|----------------------------|----------|
| Risotto con spinaci | |
| Riso | 50 |
| Spinaci | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Parmigiano | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|---------------------------|----------|
| Pasta al pomodoro | |
| Pasta di semola | 60 |
| Pomodori pelati | 100 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Parmigiano | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|---------------------------|----------|
| Pasta con zucchini | |
| Pasta di semola | 50 |
| Zucchini | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Parmigiano | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|-----------------------------|----------|
| Pasta con lenticchie | |
| Pasta di semola | 40 |
| Lenticchie | 30 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|-----------------------------|----------|
| Pasta alla bolognese | |
| Pasta di semola | 60 |
| Pomodori pelati | 100 |
| Macinato di bovino magro | 40 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Parmigiano | 5 |
| Aromi | q.b. |

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU INVERNALE
RICETTARIO
Scuola secondaria di primo grado

| | g |
|---|----------|
| Riso o pasta con minestrone di verdure | |
| Riso o pasta | 50 |
| Minestrone di verdure | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Parmigiano | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|---------------------------|----------|
| Pasta con ceci | |
| Pasta di semola | 40 |
| Ceci secchi | 30 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|-------------------------------|----------|
| Pasta alla besciamella | |
| Pasta di semola | 60 |
| Besciamella UHT | 50 |
| Mozzarella | 20 |
| Parmigiano | 5 |
| Prosciutto cotto | 20 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|---------------------------|----------|
| Pasta con patate | |
| Pasta di semola | 50 |
| Patate | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Parmigiano | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|---------------------------|----------|
| Pasta con fagioli | |
| Pasta di semola | 40 |
| Fagioli secchi | 30 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Aromi | q.b. |

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU INVERNALE
RICETTARIO
Scuola secondaria di primo grado

| | g |
|---------------------------|----------|
| Pasta al forno | |
| Pasta di semola | 60 |
| Pomodori pelati | 100 |
| Macinato di bovino magro | 30 |
| Mozzarella | 30 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Parmigiano | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|-------------------------|----------|
| Gateau di patate | |
| Patate disidratate | 150 |
| Prosciutto cotto | 25 |
| Mozzarella | 25 |
| Uovo | 20 |
| Parmigiano | 5 |
| Burro | 5 |
| Pangrattato | 5 |

| | g |
|---------------------------|----------|
| Riso al pomodoro | |
| Riso | 60 |
| Pomodori pelati | 100 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Parmigiano | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|---------------------------|----------|
| Pasta con piselli | |
| Pasta di semola | 40 |
| Piselli | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Prosciutto cotto | 10 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|---------------------------|----------|
| Riso al forno | |
| Riso | 60 |
| Pomodori pelati | 100 |
| Mozzarella | 30 |
| Prosciutto cotto | 30 |
| Macinato di bovino magro | 30 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Parmigiano | 5 |
| Aromi | q.b. |

[Handwritten signatures and initials]

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU INVERNALE
RICETTARIO
Scuola secondaria di primo grado

| | g |
|-----------------------------------|----------|
| Gnocchetti alla sorrentina | |
| Pasta di semola | 60 |
| Pomodori pelati | 100 |
| Mozzarella | 30 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Parmigiano | 5 |
| Aromi | q.b. |

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU INVERNALE
RICETTARIO
Scuola secondaria di primo grado

SECONDI PIATTI

| | g |
|------------------------------------|----------|
| Polpette di bovino al forno | |
| Macinato di bovino magro | 150 |
| Pangrattato | 30 |
| Uova | 20 |
| Parmigiano | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|-------------------------------------|----------|
| Bastoncini di pesce al forno | |
| Bastoncini di pesce | 100 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |

| | g |
|--|----------|
| Salsiccia di suino mista con patate brasate | |
| Salsiccia di maiale magro | 120 |
| Patate | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|----------------------|----------|
| Mozzarella | |
| Mozzarella imbustata | 120 |

| | g |
|----------------------------|----------|
| Prosciutto crudo | |
| Prosciutto crudo imbustato | 40 |

| | g |
|------------------------------|----------|
| Cotoletta di mare | |
| Cotoletta di pesce surgelata | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |

| | g |
|---------------------------|----------|
| Arrosto al forno | |
| Bovino magro | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Aromi | q.b. |

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU INVERNALE
RICETTARIO
Scuola secondaria di primo grado

| | g |
|-----------------------------------|----------|
| Formaggio spalmabile | |
| Formaggio spalmabile monoporzione | 60 |

| | g |
|----------------------|----------|
| Mortadella | |
| Mortadella imbustata | 40 |

| | g |
|---|----------|
| Frittata di spinaci oppure di zucchine | |
| Uovo | 120 |
| Parmigiano | 10 |
| Spinaci o zucchine | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 10 |

| | g |
|--------------------------------------|----------|
| Prosciutto cotto e parmigiano | |
| Prosciutto cotto imbustato | 40 |
| Parmigiano in confezione singola | 40 |

| | g |
|-------------------------------------|----------|
| Crocchette di pollo al forno | |
| Crocchette di pollo | 100 |

| | g |
|-----------------------------|----------|
| Pesce spada al forno | |
| Filetti di pesce spada | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Aromi | q.b. |
| Limone (a parte) | q.b. |

| | g |
|---------------------------|----------|
| Frittata di patate | |
| Uovo | 120 |
| Parmigiano | 10 |
| Patate | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 10 |

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU INVERNALE
RICETTARIO
Scuola secondaria di primo grado

| | g |
|----------------------------|----------|
| Tacchino arrosto | |
| Tacchino arrosto imbustato | 40 |

| | g |
|--|----------|
| Salsiccia di pollo e tacchino con patate al forno | |
| Salsiccia di maiale magro | 120 |
| Patate | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|---|----------|
| Salame milanese e formaggio spalmabile | |
| Salame milanese imbustato | 30 |
| Formaggio spalmabile monoporzione | 25 |

| | g |
|---|----------|
| Spezzatino di bovino con piselli | |
| Pollo | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Piselli | 150 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|----------------------------------|----------|
| Arista di maiale al forno | |
| Arista di maiale | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Aromi | q.b. |

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU INVERNALE
RICETTARIO
Scuola secondaria di primo grado

CONTORNI

| | g |
|---------------------------|----------|
| Piselli in umido | |
| Piselli | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|---------------------------|----------|
| Patate brasate | |
| Patate | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|------------------------------|----------|
| Fagiolini al pomodoro | |
| Fagiolini | 150 |
| Pomodori pelati | q.b. |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |

| | g |
|---------------------------|----------|
| Patate e piselli | |
| Piselli | 150 |
| Patate | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Aromi | q.b. |

| | g |
|-----------------------------|----------|
| Purè di patate | |
| Patate disidratate | 120 |
| Latte parzialmente scremato | 50 |
| Burro | 5 |
| Parmigiano | 5 |

| | g |
|---------------------------|----------|
| Zucchine stufate | |
| Zucchine | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Aromi | q.b. |

TABELLE DIETETICHE STANDARD
MENU INVERNALE
RICETTARIO
Scuola secondaria di primo grado

| | g |
|---------------------------|----------|
| Insalata verde | |
| Lattuga | 50 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Limone (a parte) | q.b. |

| | g |
|---------------------------|----------|
| Fagiolini all'agro | |
| Fagiolini | 150 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |
| Limone (a parte) | q.b. |

| | g |
|---------------------------|----------|
| Mais | |
| Mais | 100 |
| Olio extravergine d'oliva | 5 |

FRUTTA, PANE E DOLCETTO

| | g |
|--------------------------------|----------|
| Frutta di stagione | 150 |
| Panino | 100 |
| Dolcetto biologico non farcito | 30 |

