

TABELLE DIETETICHE PRIVE DI CARNE SUINA SCUOLA INFANZIA, PRIMARIA, SECONDARIA
1° CICLO
MENU INVERNALE

LUNEDI	MARTEDI*	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pasta con zucca Frittata con spinaci	Riso al pomodoro Filetto di pesce alla mugnaia Tris di verdure	Pasta con lenticchie Pomodori e mais	Pasta con crema di carciofi Mozzarella Carote lesse	Pasta con pesto Polpette di bovino al forno Patate al forno
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI*
Pasta con piselli Filetto di pesce impanato Insalata di pomodori	Pasta con cavolo Sovracoscia di pollo Patate al forno	Pasta al pomodoro Frittata con zucchine	Pasta con fagioli Spinaci al parmigiano	Riso con patate Fesa di tacchino Insalata verde al limone
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI*	VENERDI
Risotto con spinaci Scaloppina di pollo al limone Insalata verde al limone	Zuppa di farro con legumi Mozzarella Insalata di pomodori	Riso con verza Polpette di bovino al forno Piselli (senza prosciutto)	Pasta al pomodoro Filetto di pesce con patate Zucchine a tocchetti al forno	Pasta con ceci Polpettine di spinaci e ricotta al forno
LUNEDI	MARTEDI*	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pasta con besciamella (senza prosciutto) Carciofi trifolati	Pasta con passato di verdure Uova strapazzate con formaggio	Pasta con piselli Salsiccia di tacchino Broccoli baresi al limone	Pasta con cavolo Fesa di tacchino Spinaci al limone	Riso al pomodoro Bastoncini di pesce Carote lesse
*LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pasta al pomodoro Sovracoscia di pollo Spinaci al limone	Pasta con fagioli Polpettine di melanzane al forno	Pasta con cacio e uovo Bastoncini di pesce Insalata verde al limone	Orecchiette con broccoli baresi Hamburger di tacchino Purea di patate	Riso con minestrone Mozzarella Pomodori e mais

*= panino integrale

Tutti i giorni sono previsti:

panino bianco o integrale

tre giorni frutta fresca tagliata, due giorni frutta fresca (banane, arance, clementine, mele)

MENU ESTIVO

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	*VENERDI
Pasta al pomodoro Scaloppina di tacchino al limone Fagiolini al limone	Pasta con fagioli Spinaci al parmigiano	Pasta con crema di zucchine Insalata di tonno e pomodori	Pizza olio e pomodoro Mozzarella Insalata verde al limone	Riso con zucca Filetto di pesce con patate Tris di verdure
LUNEDI	*MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Zuppa di farro e legumi Bastoncini di pesce Carote lesse	Pasta con pesto Sovracoscia di pollo Insalata verde al limone	Riso al pomodoro Frittata con zucchine	Pasta con fagioli Polpettine di melanzane al forno	Pasta con patate Fesa di tacchino Carciofi trifolati
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	*GIOVEDI	VENERDI
Risotto con spinaci Hamburger di bovino Patate al forno	Pasta con piselli Uova strapazzate con formaggio Bietoline	Riso con zucca Filetto di pesce alla mugnaia Fagiolini al limone	Pasta con tonno Mozzarella Insalata di pomodori	Pasta con ceci Polpettine ricotta e spinaci al forno
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	*GIOVEDI	VENERDI
Pasta con pesto Salsiccia di tacchino Insalata verde al limone	Pasta alla siciliana Formaggio spalmabile Zucchine a tocchetti al forno	Pasta con lenticchie Polpettine di melanzane al forno	Pasta con zucca Bastoncini di pesce Pomodori e mais	Riso al pomodoro Frittata con zucchine
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	*VENERDI
Pasta con zucca Mozzarella Pomodori e mais	Pasta al pomodoro Filetto di pesce impanato Insalata verde al limone	Pasta con piselli Fesa di tacchino Bietoline	Pasta con crema di zucchine Polpette di bovino al forno Fagiolini al pomodoro	Insalata di riso Piselli (senza prosciutto)

*= panino integrale

Tutti i giorni sono previsti:

panino bianco o integrale

tre giorni frutta fresca tagliata, due giorni frutta fresca (banane, arance, clementine, mele)

MENU FESTIVI

Le grammature vanno riferite a quelle indicate nei menu dei giorni comuni.

NATALE	CARNEVALE	PASQUA
Gnocchi di patate al ragù con mozzarella	Lasagna Mozzarella	Tortellini (privi di carne suina) al ragù
Carne al ragu'	Chiacchiere	Spezzatino di tacchino con patate e piselli
Patate al forno		Un uovo di cioccolato con sorpresa
Pandorino		

Tutti i giorni sono previsti:

panino bianco o integrale

tre giorni frutta fresca tagliata, due giorni frutta fresca (banane, arance, clementine, mele)

CESTINI

Scuole materne	Scuole elementari	Scuole medie
Due rosette da g. 50	Due rosette da g. 80	Due rosette da g. 100
Fesa di tacchino g. 40	Fesa di tacchino g. 50	Fesa di tacchino g. 60
Formaggio fresco g. 25	Formaggio fresco g. 50	Formaggio fresco g. 75
Succo di frutta 200 mL (tetrabrik)	Succo di frutta 200 mL (tetrabrik)	Succo di frutta 200 mL (tetrabrik)
Acqua oligominerale da 0.5 l	Acqua oligominerale da 0.5 l	Acqua oligominerale da 0.5 l

Tutti i giorni sono previsti:

panino bianco o integrale

tre giorni frutta fresca tagliata, due giorni frutta fresca (banane, arance, clementine, mele)