

COMUNE DI CAIVANO

ALLEGATO C3)

Provincia di Napoli

V° SETTORE

P. Istruzione/Cultura/Sport/Spettacolo/Informagiovani/Biblioteca

TABELLA DIETETICA/MENU' REFEZIONE SCOLASTICA SU TRE GIORNI DELLA SETTIMANA

PER GLI ALUNNI DI SCUOLA SECONDARIA 1° GRADO

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1^ Settimana				
<p>1°Pasta e fagioli: pasta gr.80, fagioli gr.60, pelati gr. 50, olio extrav.oliva gr.20</p> <p>2°involtini di prosciutto cotto senza polifosfati, gr.150,</p> <p>Carote lesse: carote gr.150, olio extrav.oliva gr. 10, limone succo q.b.</p> <p>Panino gr.100</p> <p>Frutta di stagione di prima scelta gr. 150 gr. acqua ½ l.</p>		<p>1°Pasta Bolognese:pasta gr.100 carne macinata di vitello gr. 40, pelati. Gr. 70, olio ext.olivagr. gr.20 parm. reggiano gr. 10 aromi q.b.</p> <p>2°arista di maiale:arista di maiale gr .150, latte gr.20 olio extrav. oliva gr.7 aromi q.b.</p> <p>Patate al forno:patate gr. 150, olio extrav.oliva gr.10, aromi</p> <p>Panino gr.100,</p> <p>Frutta di stagione di prima scelta gr. 150 acqua ½ l.</p>		<p>1°Riso al sugo (forno): riso gr.100, pelati gr.150, olio extrav. gr.20, parm reggiano gr.10</p> <p>2°Triangolino di merluzzo impanato (surgelati) n.6 gr.150 olio extrav. q.b.;</p> <p>Spinaci all'agro: spinaci gr.150, olio di oliva extravergine gr. 10 succo di limone, panino gr.100</p> <p>1 frutto di stagione di prima scelta gr. 150, acqua: ½ l.</p>
2^ settimana				
<p>Pasta e lenticchie: pasta gr.80, lenticchie gr.60, pelati gr. 50, olio extrav.oliva 20 aromi q.b.</p> <p>reggiano gr.10;</p> <p>2°Formaggio dolce: Emmental o provolone dolce a pasta filata dura/morbida gr.150</p> <p>Fagiolini lessi: fagiolini gr.150,olio extravergine di oliva gr. 20 panino gr.100, 1 frutto gr.150 e acqua ½ l.</p>		<p>1°Gnocchetti al pomodoro pasta gr.100 pelati. Gr. 150, olio extrav.oliva gr.20; parmig. Reggiano gr. 10.</p> <p>polpetta al forno : carne macinata (vitello) gr.150, uova 2/3, olio extravergine di oliva gr.8, pelati gr. 30 con piselli in umido:piselli gr. 150, prosciutto cotto gr.20, olio extrav.oliva gr.10, aromi.</p> <p>Panino gr.100</p> <p>Frutta di stagione di prima scelta gr.150 acqua ½ l.</p>	.	<p>1°Riso al pomodoro Riso gr.100,pelati gr.150, olio extraverg. oliva gr. 20, parmig. Reg. g.10</p> <p>2°Bocconcini di mozzarella:imbustati singolarmente gr.150,</p> <p>Insalata mista: insalata verde e mais gr.150, olio extrav. gr.20 succo limone q.b.</p> <p>Panino gr.100</p> <p>Frutta di stagione di prima scelta gr. 150.acqua ½ l.</p>

COMUNE DI CAIVANO

Provincia di Napoli

V° SETTORE

ALLEGATO C3)

P. Istruzione/Cultura/Sport/Spettacolo/Informagiovani/Biblioteca

TABELLA DIETETICA/MENU' REFEZIONE SCOLASTICA SU TRE GIORNI DELLA SETTIMANA

PER GLI ALUNNI DI SCUOLA SECONDARIA 1° GRADO

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
3^ settimana				
<p>Pasta e patate: pasta gr.80, patate gr.60, pelati gr. 20, olio extrav.oliva gr.20 parm.reg.gr.10</p> <p>Prosciutto cotto: senza conservanti, senza polifosfati, gr.150</p> <p>Bietole lesse:bietole gr. 150, olio extrav.oliva gr. 10, Panino gr.100</p> <p>Frutta di stagione di prima scelta gr. 150 acqua ½ l.</p>		<p>Maccheroni Pasticciati: pasta gr.100 pelati. Gr. 50, olio extrav.oliva gr.20 piselli gr.50 carne macinata gr.40, fior di latte 40 parmig. reg gr.10, aromi q.b</p> <p>2° Cotoletta di pollo:petto di pollo gr.150, olio extrav. oliva gr. 20 aromi vari q.b.</p> <p>Patate al forno Patate gr. 150, olio extrav.oliva gr.10, aromi q.b Panino gr.100</p> <p>Frutta di stagione di prima scelta gr. 150 acqua ½ l.</p>		<p>1°Penne alla bolognese: pasta gr.100 carne macinata gr. 50 prosciutto gr. 20, pelati. Gr. 150, olio extrav.olivagr.20 parmig. Reggiano gr. 10 aromi q.b.</p> <p>2° Triangolino di merluzzo (surgelati) n.6 Olio extrav di oliva q.b.</p> <p>Insalata verde gr.150 olio extraver. Gr.10</p> <p>Panino gr.100</p> <p>Frutta di stagione di prima scelta gr. 150, acqua ½ l.</p>
4^ settimana				
<p>1°Pasta e fagioli: pasta gr.80, fagioli gr.60, olio extrav.oliva gr.20</p> <p>2° Formaggio dolce: Emmental o provolone dolce a pasta filata dura gr.150</p> <p>Spinaci lessi: spinaci gr. 150, olio extrav.oliva gr. 20, limone succo q.b.</p> <p>Panino gr.100</p> <p>Frutta di stagione di prima scelta gr. 150 acqua ½ l.</p>		<p>1°Pasta al forno pasta gr.100 pelati. Gr. 150, olio extrav.oliva gr.20 formaggio a pasta filata gr.40 parmig. Reggiano gr. 10 aromi q.b.</p> <p>2°Tacchino dorato al forno: petto di tacchino gr.150, olio extrav. oliva gr. 8 farina q.b.. aromi vari q.b.</p> <p>Carote e fagiolini: misto verdure gr. 150, olio extrav. oliva gr.10, limone succo q.b.</p> <p>Panino gr.100</p> <p>Frutta di stagione di prima scelta gr. 150 acqua ½ l</p>	.	<p>1° Pasta al pomodoro con olive e capperi: pasta gr.100 pelati. Gr. 100, olio extrav.oliva gr.20 capperi gr.5, olive snoccioate gr.5, aromi q.b</p> <p>2° Pesce al forno (cotoletta di merluzzo) gr.150, Olio extrav di oliva q.b.</p> <p>Purea di patate:Patate lesse gr.150, olio extrav. oliva gr.10, latte gr.20 parmigiano reggiano gr.10</p> <p>Panino gr.100</p> <p>Frutta di stagione di prima scelta gr. 150, acqua ½ l.</p>

