

COMUNE DI CIAVANO
TABELLA DIETETICA/MENU' SETTIMANALE REFEZIONE SCOLASTICA
PER GLI ALUNNI DI SCUOLA PRIMARIA

Allegato C2)

	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1^ Settimana				
1°Riso al pomodoro: riso gr.90 pelati gr. 150, olio extravergine di oliva gr. 15, parmig. Regg gr.10 2°Prosciutto cotto: senza conserv/ polifosfati gr.120 Carote lesse: carote lesse gr.130, panino gr.80 frutta di stagione di prima scelta gr. 150, 1 bicchiere di acqua	1°Pasta al sugo: pasta gr.90, pelati gr.150, olio extravergine di oliva gr. 20, parmig. Regg gr.10 2°Arista di maiale al latte: arista di maiale gr.120, latte gr.20,olio extravergine di oliva gr.7 aromi q.b. patate al forno: patate gr. 130,olio extravergine di oliva gr. 10, aromi q.b., panino gr. 80, frutta di stagione di prima scelta gr. 150, acqua: 1 bicchiere	1°Pasta e patate: pasta gr.70 patate gr. 60, pelati gr. 50, olio extravergine di oliva gr.10, parmig.reggiano gr. 10, 2°Bocconcini di mozzarella, imbustati singolarmente gr.120 fagiolini in insalata: fagiolini gr.130, olio extravergine di oliva gr. 10, panino gr.80 frutta di stagione di prima scelta gr.150, acqua: 1 bicchiere	1°Pasta alla bolognese: pasta gr.90, carne macinata di vitello gr. 30, pelati gr. 100, olio extravergine di oliva gr. 10, parmigiano regg. Gr. 10, 2°Pollo dorato: petto di pollo gr.120, olio extravergine di oliva gr. 8 uovo 2/3, farina q.b. Purea di patate: patate lesse gr.130 olio extrav. di oliva gr.10, latte gr.20 Panino gr. 80, frutta di stagione gr.150, acqua: 1 bicchiere.	1°Pasta e fagioli: pasta gr. 70 e fagioli gr.60, pelati gr.50,olio extravergine di oliva gr.10, 2°Triangolino di merluzzo impanato (surgelati) n.4 Spinaci all'agro: spinaci gr.130, olio di oliva extravergine gr. 10 succo di limone, panino gr.80 frutta di stagione di prima scelta gr. 150, acqua: 1 bicchiere.

2^ settimana

1°Minestrone di riso: riso gr.70 misto di verdure surgelate gr. 50, pelati gr. 20,olio extravergine di oliva gr.15, parmig reggiano gr.10; 2°Formaggio dolce: Emmental o provolone dolce a pasta filata dura/morbida gr.120; Carote lesse: carote gr.130,olio extravergine di oliva gr. 10 panino gr.80, frutta di stagione di prima scelta gr.150 e acqua 1 bicchiere	1°Pasta alla sorrentina: pasta gr.90, pelati gr. 100, formaggio a pasta filata morbida gr. 20, olio extravergine di oliva gr. 10 parmigiano Regg. Gr. 10 2°Scaloppina di tacchino: petto di tacchino gr. 120, olio extravergine di oliva gr.8 aromi q.b Purea di patate patate lesse gr.130 olio extrav. di oliva gr.5, latte gr.15 panino gr.80 frutta di stagione di prima scelta gr.150 e acqua 1 bicchiere	1°Pasta e fagioli: pasta gr. 70 e fagioli gr.60, pelati gr.50,olio extravergine di oliva gr.10, 2°Bocconcini di mozzarella: imbustati singolarmente gr.120 Spinaci lessi: spinaci gr.130, olio di oliva extravergine gr. 5 succo di limone, panino gr.80, frutta di stagione di prima scelta gr. 150, acqua 1 bicchiere.	1°Gnocchetti al pomodoro: pasta gr. 90 pelati gr. 150, olio extravergine di oliva gr. 10, parmig. Regg gr.10, 2°Svizzera al forno: carne macinata (vitello) gr.120 olio extravergine di oliva gr. 7, Patate al forno: patate gr.130, olio extraverg oliva gr. 10 aromi q.b. Panino gr.80 frutta di stagione di prima scelta gr.150 e acqua 1 bicchiere	1°Pasta e lenticchie: pasta gr. 70 lenticchie gr. 60, pelati gr. 50, olio extravergine di oliva gr.10 aromi q.b. 2°Bastoncini di pesce: bastoncini di merluzzo surgelati n. 4 olio extravergine di oliva gr. 10, Insalata verde e mais: lattuga e mais gr. 130 olio di oliva extravergine gr. 10 succo di limone, Panino gr. 80, frutta di stagione di prima scelta gr. 150 e acqua 1 bicchiere
---	--	---	--	---

COMUNE DI CAIVANO
TABELLA DIETETICA/MENU' SETTIMANALE REFEZIONE SCOLASTICA
PER GLI ALUNNI DI SCUOLA PRIMARIA

	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
3^ settimana				
1°Pasta e zucca: pasta gr. 70, zucca gr.60 olio extravergine di oliva gr.10, parmig reggiano gr.10; 2°Prosciutto cotto: senza conservanti, senza polifosfati, gr.120. Bietole lesse: bietole gr.130, olio extravergine di oliva gr. 5, succo di limone, panino 80 gr., frutta di stagione di prima scelta gr. 150 e acqua 1 bicchiere	1°Pasta alla bolognese: pasta gr.90, carne macinata di vitello gr. 20 prosciutto cotto gr.10 pelati gr. 100, olio extravergine di oliva gr. 10 parmigiano regg. Gr. 10, aromi q.b 2°Scaloppina di pollo: petto di pollo gr.120 olio extravergine di oliva gr.8 aromi q.b. Patate al forno: patate gr.130, olio extraverg oliva gr. 5 aromi q.b. Panino gr.80 frutta di stagione di prima scelta gr.150 e acqua 1 bicchiere	1°Pasta e lenticchie: pasta gr. 70 lenticchie gr. 60, pelati gr. 50, olio extravergine di oliva gr.10 aromi 2°Bocconcini di fior di latte: imbustati singolarmente gr.120 Carote lesse: carote gr.130,olio extravergine di oliva gr. 5 panino gr.80 frutta di stagione di prima scelta gr.150 e acqua 1 bicchiere	1°Riso al pomodoro: riso gr.90 pelati gr. 60, olio extravergine di oliva gr. 10, parmig. Regg gr.10 2°Arista di maiale al forno: arista di maiale gr.120,olio extravergine di oliva gr.10 aromi q.b. Insalata verde: lattuga gr.130, olio extravergine di oliva gr. 5 succo di limone Panino gr.80 frutta di stagione di prima scelta gr.150 e acqua 1 bicchiere	1°Pasta e patate: pasta gr.70 patate gr. 60, pelati gr. 50, olio extravergine di oliva gr.10, parmig.reggiano gr. 10, 2°Triangolino di merluzzo (surgelati)n. 4, purea di patate: patate lesse gr.130 olio extrav. di oliva gr.5, latte gr.15 Panino gr. 80 frutta di stagione di prima scelta gr.150, acqua 1 bicchiere.

4^ settimana

1°Minestrone di riso :riso gr.70 misto di verdure surgelate gr. 60, pelati gr. 50,olio extravergine di oliva gr.10, parmig reggiano gr.10; 2°Formaggio dolce cremoso: gr.120, Spinaci lessi: spinaci gr.130, olio di oliva extravergine gr. 5 succo di limone, panino gr.80 frutta di stagione di prima scelta gr. 150, acqua 1 bicchiere	1°Penne alla romana: pasta gr. 90, pelati gr. 100, ricotta gr. 50 olio extravergine di oliva gr. 10, parmigiano regg. gr.10 2°Scaloppina di tacchino: petto di tacchino gr. 120, olio extravergine di oliva gr.10 aromi q.b Purea di patate : patate lesse gr.130 olio extrav. di oliva gr.10, latte gr.15 Panino gr. 80 frutta di stagione gr.150, acqua 1 bicchiere.	1°Pasta e lenticchie: pasta gr.70, lenticchie gr. 60, pelati gr.15 olio extravergine di oliva gr. 10 2°Prosciutto cotto Prosciutto cotto:senza conserv/ polifosfati gr.120 Carote e fagiolini: gr.130 olio extravergine di oliva gr.10, Panino gr. 80 frutta di stagione di prima scelta gr.150 e acqua 1 bicchiere	1°Pasta al pomodoro: pasta gr.90, pelati gr.150, olio extravergine di oliva gr. 10, parmig. Regg gr.10 2°Polpette di carne: carne macinata (vitello) gr.120 olio extravergine di oliva gr. 7; Piselli in umido: piselli gr.130, prosciutto cotto gr.10, olio extravergine di oliva gr.10 aromi q.b. Panino gr.80 frutta di stagione di prima scelta gr.150 e acqua 1 bicchiere	1°Pasta e fagioli: pasta gr. 70 e fagioli gr.60, pelati gr.15,olio extravergine di oliva gr.10, 2°Bastoncini al forno di merluzzo (surgelati) n.4 Patate al forno: patate gr.130, olio extraverg oliva gr. 10 aromi q.b., panino gr.80 frutta di stagione di prima scelta gr. 150, acqua 1 bicchiere,
--	---	---	--	--

--	--	--	--	--