

MENU' A.S. 2008/2009

	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
I	pasta BIO al pomodoro	minestra di verdura	pasta al ragù	minestra di legumi	riso con verdure
s	prosciutto cotto	scaloppe di pollo		formaggio	pesce al forno e olive
e	verdura cotta	patate lesse	verdura cruda + mais	verdura cotta	verdura cruda
t	frutta	frutta	Yogurt	frutta	dolce
t	pane	pane	pane	pane	pane

II	pasta e piselli	riso in brodo		minestra di legumi	pasta pomodoro e ricotta
s	frittata con formaggio	pollo arrosto	spezzatino con polenta	formaggio	bastoncini di pesce
e	verdura cotta	verdura cruda + mais	verdura cruda	verdura cotta	verdura cruda
t	frutta	frutta	frutta	frutta	frutta
t	pane	pane	pane	pane	pane

III	pasta ai formaggi	passato di verdura	pizza al prosciutto	pasta e fagioli	riso al burro
s		tacchino al forno	formaggio	formaggio	pesce al forno con pomodoro
e	verdura cotta	patate lesse	verdura cruda	verdura cotta	verdura cruda
t	frutta	frutta	frutta	frutta	frutta
t	pane	pane	pane	pane	pane

IV	minestra di verdure e pollo	pasta ripiena al burro	gnocchi di pasta al ragù	pasta al pomodoro	pasta all'olio
s		formaggio		tortino di verdure	pesce al forno e olive
e	verdura cotta	patate al forno	verdura cotta	verdura cruda	verdura cruda + mais
t	frutta	frutta	frutta	frutta	frutta
t	pane	pane	pane	pane	pane

V	pasta piselli e speck	pastina in brodo	pasticcio di spinaci e formaggio	minestra di carote	riso con verdura
s	formaggio	uova sode		polpette di tacchino	pesce al forno
e	verdura cotta	verdura cotta	verdura cruda + mais	verdura cruda	verdura cruda
t	frutta	frutta	frutta	frutta	dolce
t	pane	pane	pane	pane	pane

VI	pasta al tonno	gnocchetti di semolino in brodo	pasticcio al ragù	risi e piselli	pasta al burro
s		pizzaiola di pollo		mozzarella	pesce al forno
e	verdura cotta	verdura cruda	verdura cruda	verdura cotta	verdura cruda
t	frutta	frutta	frutta	frutta	frutta
t	pane	pane	pane	pane	pane

VII	pasta all'amatriciana	minestra di verdura	gnocchi di semolino	yota/min. di zucca alternate	riso e verdura
s		frittata con verdure	gratinati	polpette al sugo	hamburger di pesce
e	verdura cruda	verdura cruda	verdura cotta	patate lesse	verdura cruda
t	frutta	frutta	yogurt	frutta	frutta
t	pane	pane	pane	pane	pane

VIII	pasta al pesto BIO	passata di verdure	pizza margherita	minestra di orzo e patate	riso e verdura
s	prosciutto crudo	spezzatino di maiale		formaggio	pesce alla livornese
e	verdura cotta	purea di patate	verdura cruda	verdura cotta	verdura cruda
t	frutta	frutta	frutta	frutta	frutta
t	pane	pane		pane	pane

TABELLA GRAMMATURE

Le grammature si riferiscono all'alimento crudo e senza scarti, tranne per gli alimenti contrassegnati da asterisco* che s'intendono "sul piatto".

ALIMENTO	Asilo nido	Scuola materna	Scuola elementare (6-7 anni)	Scuola elementare (8-10 anni)
	grammi	grammi	grammi	grammi
Pasta, riso per primo piatto asciutto	50	60	60	70
Pasta di semola per pasticciata (piatto unico) + besciamella*	40 + 25	50 + 30	50 + 30	55 + 40
Ravioli di magro freschi o surgelati	-	-	130	150
Tortellini freschi o surgelati da fare asciutti	-	-	70	80
Pastina/riso/orzo/crostini per brodi, passati, minestre e zuppe	20	30	30	30
Pastina/riso/orzo/crostini per piatti unici con legumi	30	40	40	50
Legumi secchi per piatto unico	30	35	40	50
Polenta* per piatto unico (sostituisce il primo asciutto)	200	250	250	300
Polenta* o patate da abbinare alle giornate con primo "liquido"	120	120	150	200
Purea di patate* da abbinare alle giornate con primo "liquido"	100	100	100	120
Gnocchi di patate*	150	180	180	200
Pasta per pizza da farcire	70	90	90	100
Carne magra (pollo, tacchino, suino, coniglio, bovino, cavallo)	30	40	60	70
Pesce fresco o congelato	60	70	100	120
Formaggio a pasta tenera tipo mozzarella, caciotta...	20	30	35	40
Formaggio a pasta dura tipo latteria, montasio...	20	20	25	30
Parmigiano reggiano grattugiato	2	3	5	5
Parmigiano reggiano come secondo	20	20	25	30
Prosciutto cotto magro	30	35	40	50
Prosciutto crudo magro	40	45	55	70
Bresaola	40	45	55	70
Uova "grandi" (da 63 gr a 73 gr)	½	1	1	1 ½
Verdura cruda tipo pomodori, finocchi, carote...	20	30	50	50
Verdura cruda tipo insalata, radicchio...	20	20	30	30
Verdura cotta a foglia	50	50	80	80
Verdura cotta altri tipi (cavolfiori, fagiolini, carote, piselli...)	30	50	100	100
Pane	40	50	60	60
Olio extra vergine d'oliva	10	15	15	15
Frutta di stagione	70	80	100	100

CENTRI ESTIVI

	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
1	pasta al burro	polpette al sugo	pasta besciamella e ragù	minestra di riso e piselli	pasta pomodoro e tonno
s	frittata			mozzarella	
e					
t	verdura cotta	purea di patate	verdura cruda	verdura cruda	verdura cruda
t					
2	pasta prosciutto e formaggio	pastina in brodo	pasticcio	riso patate e carote	pipette all'olio
s				mozzarella	bastoncini di pesce
e		petto di pollo			
t	verdura cruda	patate al forno	verdura cruda	verdura cruda	verdura cruda
t					
3	pasta al pomodoro	minestra di verdure con pastina all'uovo	pasta al ragù	pizza al prosciutto	pasta al pesto
s					pesce in umido
e	ricotta	cosce o petto di pollo			
t	verdura cotta	verdura cruda	verdura cruda	verdura cruda	verdura cruda
t					