

Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I grado
Tabella Dietetica Priva di Carne Suina: Menù Invernale

| LUNEDÌ | MARTEDÌ | MERCOLEDÌ | GIOVEDÌ | VENERDÌ |
|---|---|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta al pomodoro ➤ Filetto di merluzzo impanato ➤ Spinaci al limone | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Risotto con crema di carciofi ➤ Fior di latte ➤ Carote al forno gratinate | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con ceci ➤ Zucchine a tocchetti al forno | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con spinaci ➤ Frittata ➤ Insalata verde | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Riso con verza ➤ Polpette di bovino ➤ Piselli |
| LUNEDÌ | MARTEDÌ | MERCOLEDÌ | GIOVEDÌ | VENERDÌ |
| <ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con lenticchie ➤ Ortolana gratinata | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta integrale al pomodoro ➤ Tortino di merluzzo con patate | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Lasagna con zucca ➤ Scaloppina di pollo al limone ➤ Carote al forno gratinate | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Zuppa di farro e legumi ➤ Polpettine di melanzane | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Orecchiette con broccoli baresi ➤ Frittata con spinaci |
| LUNEDÌ | MARTEDÌ | MERCOLEDÌ | GIOVEDÌ | VENERDÌ |
| <ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con cavolo ➤ Formaggio primo sale ➤ Zucchine a tocchetti al forno | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con piselli ➤ Rollè di frittata con spinaci | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Riso al latte ➤ Polpettine di merluzzo ➤ Insalata verde | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Cous cous con verdure ➤ Hamburger di bovino ➤ Pura di patate | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Lasagna rossa ➤ Finocchi gratinati al formaggio |
| LUNEDÌ | MARTEDÌ | MERCOLEDÌ | GIOVEDÌ | VENERDÌ |
| <ul style="list-style-type: none"> ➤ Orecchiette con broccoli baresi ➤ Salsiccia di tacchino ➤ Patate al forno | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con zucchini ➤ Mozzarella ➤ Fagiolini al limone | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta e patate ➤ Fesa di tacchino ➤ Insalata verde | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta integrale al pomodoro ➤ Filetto di platessa alla mugnaia ➤ Spinaci al limone | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con fagioli ➤ Polpettine di ricotta e spinaci |
| LUNEDÌ | MARTEDÌ | MERCOLEDÌ | GIOVEDÌ | VENERDÌ |
| <ul style="list-style-type: none"> ➤ Riso con verza ➤ Sovracoscia di pollo ➤ Insalata verde | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta alla bolognese ➤ Finocchi gratinati al formaggio | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Zuppa di orzo e legumi ➤ Frittata di spinaci | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con zucca ➤ Fior di latte ➤ Zucchine a tocchetti al forno | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta al pomodoro ➤ Polpettine di merluzzo ➤ Spinaci al limone |

È prevista la distribuzione di:

- quattro volte la settimana pane con farina di grano tenero di tipo 0 e una volta la settimana pane con farina di grano tenero integrale;
- frutta fresca di stagione tagliata.

Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I grado
Tabella Dietetica Priva di Carne Suina: Menù Estivo

| | | | | |
|--|---|--|---|---|
| LUNEDÌ | MARTEDÌ | MERCOLEDÌ | GIOVEDÌ | VENERDÌ |
| ➤ Pasta al pomodoro ➤ Polpettine di merluzzo ➤ Fagiolini al limone | ➤ Riso con spinaci ➤ Formaggio primo sale ➤ Zucchine a tocchetti al forno | ➤ Pasta al pomodoro ➤ Scaloppina di pollo al limone ➤ Ortolana gratinata | ➤ Pasta con fagioli ➤ Melanzane alla parmigiana | ➤ Riso al latte ➤ Fesa di tacchino ➤ Insalata verde |
| LUNEDÌ | MARTEDÌ | MERCOLEDÌ | GIOVEDÌ | VENERDÌ |
| ➤ Cous cous con verdure ➤ Fior di latte ➤ Carote al forno gratinate | ➤ Riso al pomodoro ➤ Filetto di platessa alla mugnaia ➤ Bietoline al limone | ➤ Pasta con lenticchie ➤ Polpettine di ricotta e spinaci | ➤ Pasta integrale alla siciliana ➤ Frittelle di zucchini al forno | ➤ Pasta con pesto ➤ Sovracoscia di pollo ➤ Patate al forno |
| LUNEDÌ | MARTEDÌ | MERCOLEDÌ | GIOVEDÌ | VENERDÌ |
| ➤ Pasta con zucchini ➤ Frittata ➤ Insalata verde | ➤ Pasta con piselli ➤ Polpettine di melanzane | ➤ Pasta integrale al pomodoro ➤ Tortino di merluzzo con patate | ➤ Lasagna con zucca ➤ Salsiccia di tacchino ➤ Zucchini a tocchetti al forno | ➤ Pizza pomodoro e parmigiano ➤ Cotoletta di verdure al forno |
| LUNEDÌ | MARTEDÌ | MERCOLEDÌ | GIOVEDÌ | VENERDÌ |
| ➤ Pasta con pesto ➤ Sovracoscia di pollo ➤ Purea di patate | ➤ Pasta alla siciliana ➤ Polpettine di merluzzo ➤ Insalata verde | ➤ Pasta con ceci ➤ Zucchini a tocchetti al forno | ➤ Riso al pomodoro ➤ Scaloppina di pollo al limone ➤ Ortolana gratinata | ➤ Pasta con piselli ➤ Fior di latte ➤ Fagiolini al pomodoro |
| LUNEDÌ | MARTEDÌ | MERCOLEDÌ | GIOVEDÌ | VENERDÌ |
| ➤ Pasta con tonno ➤ Filetto di merluzzo impanato ➤ Bietoline al limone | ➤ Lasagna rossa ➤ Finocchi gratinati | ➤ Cous cous con verdure ➤ Formaggio primo sale ➤ Fagiolini al limone | ➤ Pasta con lenticchie ➤ Cotoletta di verdure al forno | ➤ Pasta con zucchini ➤ Polpette di bovino ➤ Piselli |

È prevista la distribuzione di:

- quattro volte la settimana pane con farina di grano tenero di tipo 0 e una volta la settimana pane con farina di grano tenero integrale;
- frutta fresca di stagione tagliata.

MENU FESTIVI

| NATALE | CARNEVALE | PASQUA |
|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none">➤ Gnocchi di patate al ragù di carne bovina con mozzarella➤ Carne al ragù➤ Patate al forno➤ Pandorino | <ul style="list-style-type: none">➤ Lasagna rossa➤ Mozzarella➤ Chiacchiere | <ul style="list-style-type: none">➤ Gnocchi di patate al ragù di carne bovina➤ Spezzatino di tacchino con patate e piselli➤ Uovo di cioccolato con sorpresa |

Per le grammature dei menù festivi, fare riferimento a quelle presenti nei ricettari delle tabelle dietetiche standard.

CESTINI

| Infanzia | | Primaria | | Secondaria di I grado | |
|----------------------------------|-------------------|----------------------------------|-------------------|----------------------------------|-------------------|
| Alimenti | Grammature | Alimenti | Grammature | Alimenti | Grammature |
| Due rosette | 50 g/cada uno | Due rosette | 80 g/cada uno | Due rosette | 100 g/cada uno |
| Fesa di tacchino | 40 g | Fesa di tacchino | 50 g | Fesa di tacchino | 60 g |
| Formaggio fresco | 25 g | Formaggio fresco | 50 g | Formaggio fresco | 75 g |
| Polpa di frutta (100% frutta) | 100 g | Polpa di frutta (100% frutta) | 100 g | Polpa di frutta (100% frutta) | 100 g |
| Acqua oligominerale | 0,5 Litri | Acqua oligominerale | 0,5 Litri | Acqua oligominerale | 0,5 Litri |