

TABELLE DIETETICHE STANDARD RICETTARIO - MENU ESTIVO

	SCUOLA DELL'INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARI A
	g	g	g
Pasta con lenticchie			
Pasta di semola	50	60	60
lenticchie	30	30.	40
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Bocconcini di mozzarella e pomodorini ciliegina			
Bocconcini di mozzarella	50	60	60
Pomodorini ciliegina	100	150	150
Olio extravergine d'oliva	5	5	5
Pane	50	50	80
Frutta fresca di stagione	150	150	150
Kcal	648	718	850
Proteine	17%	18%	18%
Lipidi	24%	24%	22%
Glicidi	59%	58%	60%

	SCUOLA DELL'INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA
	g	g	g
Pasta al pomodoro			
Pasta di semola	50	70	70
pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.
parmigiano	5	5	5
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Brasato di bovino			
Brasato di bovino	50	60	60
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Insalata verde			
Insalata verde	50	50	50
Olio extravergine d'oliva	15	15	15
Pane	50	50	80
Frutta fresca di stagione	150	150	150
Kcal	591	673	754
Proteine	13%	17%	17%
Lipidi	31%	28%	25%
Glicidi	53%	55%	58%

[Handwritten signatures and marks]

TABELLE DIETETICHE STANDARD RICETTARIO - MENU ESTIVO

	SCUOLA DELL'INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA
	g	g	g
Pasta con zucca			
Pasta di semola	50	60	60
zucca	50	5	50
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Scaloppina di pollo al limone			
Petto di pollo	50	60	60
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Spinaci all'gro			
Spinaci	100	100	100
Aromi			
Olio extravergine d'oliva	10	10	10
Pane	50	50	80
Frutta fresca di stagione	150	150	150
Kcal	595	641	721
Proteine	18%	19%	18%
Lipidi	27%	26%	23%
Glicidi	55%	55%	59%

	SCUOLA DELL'INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA
	g	g	g
Insalata di riso all'ortolana			
riso	50	60	60
carote	30	30	30
pomodori	50	50	50
mais	30	30	30
Pesce in umido			
merluzzo	60	80	80
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Fagiolini all'agro			
fagiolini	50	50	100
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine d'oliva	15	15	15
Pane	50	50	80
Frutta fresca di stagione	150	150	150
Kcal	595	642	732
Proteine	15%	16%	16%
Lipidi	26%	24%	22%
Glicidi	59%	60%	62%

TABELLE DIETETICHE STANDARD RICETTARIO - MENU ESTIVO

	SCUOLA DELL'INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA
	g	g	g
Pasta con zucchine			
Pasta di semola	50	60	60
zucchine	50	50	50
parmigiano	5	5	5
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Prosciutto cotto e formaggio spalmabile			
Prosciutto cotto	30	40	40
Formaggio spalmabile	25	25	25
Olio extravergine d'oliva	5	5	5
Pane integrale	50	50	80
Frutta fresca di stagione	150	150	150
Kcal	583	640	721
Proteine	15%	15%	15%
Lipidi	32%	31%	28%
Glicidi	53%	54%	57%

	SCUOLA DELL'INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA
	g	g	g
Pasta al pomodoro			
Pasta di semola	50	70	70
pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.
parmigiano	5	5	5
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Zucchine con uova strapazzate al formaggio			
Uova	60	60	60
Zucchine	100	100	100
Formaggio dolce	30	30	30
Olio extravergine d'oliva	10	10	10
Pane	50	50	80
Frutta fresca di stagione	150	150	150
Kcal	652	723	804
Proteine	14%	14%	14%
Lipidi	36%	33%	30%
Glicidi	50%	53%	56%

75

[Handwritten signature]

[Handwritten signature]

TABELLE DIETETICHE STANDARD RICETTARIO - MENU ESTIVO

	SCUOLA DELL'INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA
	g	g	g
Pasta con piselli			
Pasta di semola	50	60	60
piselli	30	30	30
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Tacchino arrosto			
Tacchino arrosto	30	40	40
Carciofi			
Carciofi	100	100	100
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine d'oliva	10	10	10
Pane	50	50	80
Frutta fresca di stagione	150	150	150
Kcal	563	619	700
Proteine	15%	16%	15%
Lipidi	27%	27%	24%
Glicidi	58%	57%	61%

	SCUOLA DELL'INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA
	g	g	g
Riso al pomodoro			
Riso	50	70	70
pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.
parmigiano	5	5	5
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Arista di maiale			
Arista	50	60	60
aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Insalata verde			
Insalata	50	50	50
Olio extravergine d'oliva	15	15	15
Pane	50	50	80
Frutta fresca di stagione	150	150	150
Kcal	614	695	776
Proteine	15%	15%	15%
Lipidi	32%	29%	26%
Glicidi	53%	56%	59%

TABELLE DIETETICHE STANDARD RICETTARIO - MENU ESTIVO

	SCUOLA DELL'INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARI A
	g	g	g
Pasta con patate			
Pasta di semola	50	60	60
patate	50	70	100
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Sovracoscia di pollo			
Sovracoscia di pollo	70	80	80
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Bieta			
Bieta	100	100	100
aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine d'oliva	10	10	10
Pane	50	50	80
Frutta fresca di stagione	150	150	150
Kcal	632	667	761
Proteine	18%	17%	18%
Lipidi	26%	25%	23%
Glicidi	56%	58%	59%

	SCUOLA DELL'INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARI A
	g	g	g
Pasta con tonno			
Pasta di semola	50	70	70
Tonno	20	20	20
Pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Bastoncini di pesce			
Bastoncini di pesce	75	75	75
Insalata di pomodori			
pomodori	100	150	150
aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Pane	50	50	80
Frutta fresca di stagione	150	150	150
Kcal	636	706	778
Proteine	13%	14%	15%
Lipidi	29%	27%	22%
Glicidi	58%	29%	63%

TABELLE DIETETICHE STANDARD RICETTARIO - MENU ESTIVO

	SCUOLA DELL'INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARI A
	g	g	g
Pizza pomodoro e mozzarella			
Grammatura a cotto della base	100	120	120
Petto di pollo in umido			
Pollo	50	60	60
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine d'oliva	5	5	5
Pane integrale	50	50	80
Frutta fresca di stagione	150	150	150
Kcal	550	625	697
Proteine	21%	22%	21%
Lipidi	28%	30%	27%
Glucidi	51%	48%	52%

	SCUOLA DELL'INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA
	g	g	g
Pasta al pomodoro			
Pasta di semola	50	70	70
pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.
parmigiano	5	5	5
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Frittata			
Uova	60	60	60
parmigiano	10	10	10
Patate e pomodori all'insalata			
Patate	40	40	40
Pomodori	60	60	60
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine d'oliva	10	10	10
Pane	50	50	80
Frutta fresca di stagione	150	150	150
Kcal	650	721	801
Proteine	16%	16%	15%
Lipidi	30%	28%	26%
Glucidi	54%	56%	59%

78

u

6
A
C
G
S

Handwritten signature or initials.

TABELLE DIETETICHE STANDARD RICETTARIO - MENU ESTIVO

	SCUOLA DELL'INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA
	g	g	g
Riso con fagioli			
Riso	50	60	60
Fagioli	30	30.	40
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Pesce all'acqua pazza			
Pesce	60	80	80
Pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Carote all'agro			
Carote	100	100	100
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine d'oliva	10	10	10
Pane	50	50	80
Frutta fresca di stagione	150	150	150
Kcal	662	710	791
Proteine	17%	18%	17%
Lipidi	24%	22%	20%
Glucidi	59%	60%	63%

	SCUOLA DELL'INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA
	g	g	g
Gnocchetti al pomodoro			
Pasta di semola	50	70	70
pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.
parmigiano	5	5	5
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Spezzatino di bovino con piselli			
Bovino	50	60	60
piselli	40	40	40
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine d'oliva	10	10	10
Pane	50	50	80
Frutta fresca di stagione	150	150	150
Kcal	592	639	720
Proteine	18	19	18
Lipidi	23	22	20
Glucidi	59	59	62

78

[Handwritten signature]

[Handwritten signature]

[Handwritten signature]

TABELLE DIETETICHE STANDARD RICETTARIO - MENU ESTIVO

	SCUOLA DELL'INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA
	g	g	g
Risotto con spinaci			
Riso	60	60	60
spinaci	50	50.	50
parmigiano	5	5	5
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Bocconcini di mozzarella			
Bocconcini di mozzarella	50	60	60
Fagiolini al pomodoro			
fagiolini	50	50	100
pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine d'oliva	10	10	10
Pane	50	50	80
Frutta fresca di stagione	150	150	150
Kcal	623	682	771
Proteine	15%	15%	15%
Lipidi	33%	33%	30%
Glicidi	52%	52%	55%

	SCUOLA DELL'INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA
	g	g	g
Risotto con zucca			
Riso	50	60	60
zucca	50	50.	50
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Pesce in umido			
Merluzzo	60	80	80
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Insalata verde			
Insalata	50	50	50
Olio extravergine d'oliva	15	15	15
Pane	50	50	80
Frutta fresca di stagione	150	150	150
Kcal	549	597	678
Proteine	15%	16%	16%
Lipidi	27%	25%	23%
Glicidi	58%	59%	61%

80

h

gale

SEP 1

TABELLE DIETETICHE STANDARD RICETTARIO - MENU ESTIVO

	SCUOLA DELL'INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA
	g	g	g
Pasta alla siciliana			
Pasta di semola	50	60	60
pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.
Melanzane	q.b.	q.b.	q.b.
Mozzarella	20	20	20
parmigiano	5	5	5
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Bocconcini di tacchino al limone			
Tacchino	50	60	60
Pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Fagiolini al pomodoro			
Fagiolini	50	50	100
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine d'oliva	15	15	15
Pane	50	50	80
Frutta fresca di stagione	150	150	150
Kcal	581	630	720
Proteine	16%	17%	17%
Lipidi	30%	29%	26%
Glicidi	54%	54%	57%

	SCUOLA DELL'INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA
	g	g	g
Pasta al pomodoro			
Pasta di semola	50	70	70
pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.
parmigiano	5	5	5
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Zucchine con uova strapazzate al formaggio			
uova	60	60	60
Zucchine	100	100	100
Formaggio dolce	30	30	30
Olio extravergine d'oliva	5	5	5
Pane	50	50	80
Frutta fresca di stagione	150	150	150
Kcal	644	715	796
Proteine	15%	14%	14%
Lipidi	36%	33%	30%
Glicidi	49%	53%	56%

81 

TABELLE DIETETICHE STANDARD RICETTARIO - MENU ESTIVO

	SCUOLA DELL'INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA
	g	g	g
Pasta con lenticchie			
Pasta di semola	50	60	60
lenticchie	30	30.	40
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Formaggio spalmabile			
Formaggio spalmabile	60	60	60
Insalata mista			
Insalata mista	50	50	100
Olio extravergine d'oliva	5	5	5
Pane	50	50	80
Frutta fresca di stagione	150	150	150
Kcal	667	702	812
Proteine	14%	13%	14%
Lipidi	31%	29%	26%
Glucidi	55%	58%	60%

	SCUOLA DELL'INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA
	g	g	g
Pasta al pomodoro			
Pasta di semola	50	70	70
pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.
parmigiano	5	5	5
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Polpette al forno			
Macinato di bovino	50	60	60
uova	q.b.	q.b.	q.b.
parmigiano	5	5	5
pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine d'oliva	5	5	5
Pane integrale	50	50	80
Frutta fresca di stagione	150	150	150
Kcal	556	685	752
Proteine	16%	17%	16%
Lipidi	28%	28%	26%
Glucidi	56%	55%	58%

82

re → 10

8/10/19

2/10/19

TABELLE DIETETICHE STANDARD RICETTARIO - MENU ESTIVO

	SCUOLA DELL'INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA
	g	g	g
Pasta all'ortolana			
Pasta di semola	50	60	60
pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.
Zucchine	q.b.	q.b.	q.b.
Melanzane	q.b.	q.b.	q.b.
Peperoni			
parmigiano	5	5	5
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Cotoletta di bovino			
Bovino	50	60	60
Uovo	5	5	5
Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.
Fagiolini all'agro			
Fagiolini	100	100	100
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine d'oliva	10	10	10
Pane	50	50	80
Frutta fresca di stagione	150	150	150
Kcal	668	731	811
Proteine	13%	13%	13%
Lipidi	36%	33%	30%
Glicidi	51%	54%	57%

83

le 11

g. Ues

[Handwritten signature]

TABELLE DIETETICHE STANDARD RICETTARIO - MENU ESTIVO

	SCUOLA DELL'INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA
	g	g	g
Pasta con zucchine			
Pasta di semola	50	60	60
Zucchine	50	50	50
Parmigiano	5	5	5
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Bastoncini di pesce			
Bastoncini di pesce	75	100	100
Carote all'agro			
Carote	100	100	100
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine d'oliva	10	10	10
Pane	50	50	80
Frutta fresca di stagione	150	150	150
Kcal	664	756	837
Proteine	14%	14%	14%
Lipidi	29%	29%	27%
Glucidi	57%	57%	59%
	SCUOLA DELL'INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA
	g	g	g
Pasta con olive e capperi			
Pasta di semola	50	70	70
Olive e capperi	q.b.	q.b.	q.b.
Pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Bocconcini di mozzarella			
Bocconcini di mozzarella	50	60	60
Olio extravergine d'oliva	5	5	5
Pane integrale	50	50	80
Frutta fresca di stagione	150	150	150
Kcal	519	615	683
Proteine	15%	15%	15%
Lipidi	28%	27%	25%
Glucidi	57%	58%	60%

84

re

12

[Handwritten signature]

[Handwritten signature]

TABELLE DIETETICHE STANDARD RICETTARIO - MENU ESTIVO

	SCUOLA DELL'INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA
	g	g	g
Riso al pomodoro			
Riso	50	70	70
pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.
parmigiano	5	5	5
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Prosciutto cotto			
Prosciutto cotto	30	40	40
Spinaci al parmigiano			
Spinaci	100	100	100
parmigiano	10	10	10
Olio extravergine d'oliva	10	10	10
Pane	50	50	80
Frutta fresca di stagione	150	150	150
Kcal	583	672	740
Proteine	16%	16%	15%
Lipidi	31%	29%	27%
Glucidi	53%	55%	58%

	SCUOLA DELL'INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA
	g	g	g
Pasta con piselli			
Pasta di semola	50	60	60
piselli	30	30	30
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Salsiccia di pollo con patate			
Salsiccia di pollo	50	60	60
Patate	80	80	80
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine d'oliva	10	10	10
Pane	50	50	80
Frutta fresca di stagione	150	150	150
Kcal	653	719	800
Proteine	13%	13%	13%
Lipidi	30%	31%	28%
Glucidi	57%	56%	59%

85

re

13

97/100

20/11