



# TABELLE DIETETICHE SCUOLA INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO RICETTARIO MENU' E INDICAZIONI





**Tabella dietetica Scuola dell'Infanzia, Primaria e  
e Secondaria di I grado  
Menù autunno inverno**

<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta al pomodoro Filetto di platessa impanato Spinaci al limone Pane Frutta	Pasta con minestrone Ricottina Carote al forno gratinate Pane Frutta	Pasta con ceci Prosciutto cotto magro Bietoline al limone Pane Frutta	Pasta con patate Frittata di uova Insalata verde Pane Frutta	Riso con verza Polpette di bovino Carote alla julienne Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con lenticchie Formaggio fuso Ortolana gratinata Pane Frutta	Pasta al pomodoro Tortino di platessa con patate Pane Frutta	Pasta con zucca Scaloppina di maiale al limone Carote al forno gratinate Pane Frutta	Pasta con fagioli Polpettine di melanzane Pane Frutta	Pizza al pomodoro Frittata con spinaci Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con cavolo Formaggio primo sale Zucchine a tocchetti al forno Pane Frutta	Pasta con piselli Rolle' di frittata con spinaci Pane Frutta	Riso al latte Polpettine di platessa Insalata verde Pane Frutta	Pasta con lenticchie Arista di maiale Purea di patate Pane Frutta	Pasta al pomodoro Polpette di bovino in umido Finocchi gratinati al formaggio Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con i broccoli Salsiccia di tacchino Patate al forno Pane Frutta	Pasta con zucchine Ricottina Fagiolini al limone Pane Frutta	Pasta con patate Prosciutto cotto Insalata verde Pane Frutta	Pasta al pomodoro Filetto di platessa alla mugnaia Spinaci al limone Pane Frutta	Pasta con fagioli Polpettine di ricotta e spinaci Pane Frutta

- La quantità di frutta prevista è di 100 g
- La quantità di pane prevista è di 30 g per l'Infanzia, di 50 g per la Primaria e di 80 g per la secondaria di I grado



**Tabella dietetica Scuola dell'Infanzia, Primaria e  
e Secondaria di I grado  
Menù primavera estate**

<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta al pomodoro Polpettine di platessa Fagiolini al limone Pane Frutta	Pasta con patate Formaggio primo sale Zucchine a tocchetti al forno Pane Frutta	Pasta al pomodoro Scaloppina di maiale al limone Ortolana gratinata Pane Frutta	Pasta con fagioli Petto di pollo Carote alla julienne Pane Frutta	Riso al pomodoro Prosciutto cotto Insalata verde Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con zucca Ricottina Carote al forno gratinate Pane Frutta	Riso al pomodoro Filetto di platessa Bietoline al limone Pane Frutta	Pasta con lenticchie Polpettine di ricotta e spinaci Pane Frutta	Pasta alla siciliana Polpette di bovino in umido Insalata verde Pane Frutta	Pasta con crema di zucchine Sovracoscia di pollo Patate al forno Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con zucchine Rolle'di frittata con prosc. cotto Insalata verde Pane Frutta	Pasta con piselli Polpettine di melanzane Pane Frutta	Pasta al pomodoro Tortino di platessa con patate Pane Frutta	Pasta con zucca Salsiccia di tacchino Zucchine a tocchetti al forno Pane Frutta	Pizza al pomodoro Formaggio fuso Cotoletta di verdure al forno Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con pesto Sovracoscia di pollo Patate al forno Pane Frutta	Pasta alla siciliana Polpettine di platessa Insalata verde Pane Frutta	Pasta con ceci Prosciutto cotto magro Bietoline al limone Pane Frutta	Riso al pomodoro Scaloppina di maiale al limone Ortolana gratinata Pane Frutta	Pasta con piselli Ricottina Fagiolini al pomodoro Pane Frutta

- La quantità di frutta prevista è di 100 g
- La quantità di pane prevista è di 30 g per l'Infanzia, di 50 g per la Primaria e di 80 g per la secondaria di I grado



**RICETTARIO MENU' INVERNALE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
I SETTIMANA**



<b><u>LUNEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta al pomodoro</b>			
- Pasta di semola	40 g	50 g	70 g
- Passata di pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.
- Parmigiano	5 g	10 g	10 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	10 g
- Erbe Aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
<b>2. Filetto di platessa impanato al forno</b>			
- Filetto di platessa	60 g	80 g	80 g
- Uovo	20 g	30 g	30 g
- Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>3. Spinaci al limone</b>			
- Spinaci	100 g	100 g	100 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
- Limone	q.b.	q.b.	q.b.
<b>4. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>5. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' INVERNALE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
I SETTIMANA**



<b><u>MARTEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b>Ricetta</b>	<b>Grammature</b>	<b>Grammature</b>	<b>Grammature</b>
<b>1. Pasta con minestrone</b>			
- Pasta di semola	40 g	50 g	70 g
- Minestrone surgelato	60 g	80 g	100 g
- Parmigiano	5 g	5 g	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>2. Ricotta</b>			q.b.
- Ricotta	40 g	50 g	60 g
<b>3. Carote al forno gratinate</b>			
- Carote	40 g	50 g	80 g
- Erbe Aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
- Parmigiano	q.b.	q.b.	q.b.
- Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>4. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>5. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' INVERNALE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
I SETTIMANA**



<b><u>MERCOLEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta con ceci</b>			
- Pasta di semola	40 g	50 g	60 g
- Ceci secchi	30 g	40 g	40 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
- Erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
<b>2. Prosciutto cotto magro</b>			
- prosciutto cotto magro	30 g	40 g	50 g
<b>3. Bietoline al limone</b>			
- Bietoline	100 g	120 g	200 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	10 g	10 g
- Limone	q.b.	q.b.	q.b.
<b>3. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>4. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' INVERNALE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
I SETTIMANA**

<b><u>GIOVEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta e patate</b>			
- Pasta di semola	40 g	50 g	70 g
- Patate	60 g	80 g	100 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>2. Frittata di uova</b>			
- Uovo	40 g	60 g	80 g
- Parmigiano	5 g	5 g	10 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>3. Insalata verde</b>			
- Insalata	30 g	50 g	60 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
- Limone	q.b.	q.b.	q.b.
<b>4. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>5. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' INVERNALE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
I SETTIMANA**



<b><u>VENERDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Riso con verza</b>			
- Riso Carnaroli	40 g	50 g	70 g
- Verza	60 g	80 g	100 g
- Parmigiano	5 g	5 g	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>2. Polpette di bovino al forno</b>			
- Macinato di bovino	40 g	50 g	60 g
- Uovo	20 g	20 g	30 g
- Parmigiano	5 g	5 g	5 g
- Pangrattato o pane	q.b.	q.b.	q.b.
<b>3. Carote alla julienne</b>			
- Carote	50 g	60 g	70 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>4. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>5. Pane</b>	30 g	50 g	80 g





**RICETTARIO MENU' INVERNALE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
II SETTIMANA**

<b><u>LUNEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b>Ricetta</b>	<b>Grammature</b>	<b>Grammature</b>	<b>Grammature</b>
<b>1. Pasta con lenticchie</b>			
- Pasta di semola	40 g	50 g	60 g
- Lenticchie secche	30 g	40 g	40 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
- Erbe Aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
<b>2. Formaggio fuso</b>			
- Formaggio fuso	30 g	40 g	50 g
<b>3. Ortolana gratinata</b>			
- Zucca	30 g	30 g	30 g
- Zucchine	20 g	20 g	20 g
- Carote	20 g	20 g	30 g
- Finocchio	20 g	20 g	30 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
- Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.
<b>4. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>5. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' INVERNALE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
II SETTIMANA**

<b><u>MARTEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta al pomodoro</b>			
- Pasta di semola	40 g	50 g	70 g
- Passata di pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.
- Parmigiano	5 g	10 g	10 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	10 g
- Erbe Aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
<b>2. Tortino di platessa con patate</b>			
- platessa	60 g	80 g	80 g
- Patate	50 g	60 g	60 g
- Erbe Aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>3. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>4. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' INVERNALE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
II SETTIMANA**

<b><u>MERCOLEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta con zucca</b>			
- Pasta di semola	40 g	50 g	70 g
- Zucca	100 g	100 g	120 g
- Parmigiano	5 g	5 g	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>2. Scaloppina di maiale al limone</b>			
- Lonza di maiale	50 g	60 g	70 g
- Farina di grano tenero di tipo 0	q.b.	q.b.	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
- Limone	q.b.	q.b.	q.b.
<b>3. Carote al forno gratinate</b>			
- Carote	50 g	60 g	80 g
- Erbe Aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
- Parmigiano	q.b.	q.b.	q.b.
- Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>4. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>5. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' INVERNALE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
II SETTIMANA**

<b><u>GIOVEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta con fagioli</b>			
- Pasta di semola	40 g	50 g	60 g
- Fagioli	30 g	40 g	40 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
- Erbe Aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
<b>2. Polpette di melanzane</b>			
- Melanzane	100 g	100 g	120 g
- Uova	20 g	20 g	30 g
- Parmigiano	10 g	10 g	20 g
- Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.
<b>3. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>4. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' INVERNALE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
II SETTIMANA**

<b><u>VENERDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pizza al pomodoro e parmigiano</b>			
- Pizza al pomodoro	80 g	100 g	120 g
- Parmigiano	5 g	10 g	10 g
- Olio Extravergine Oliva	10 g	10 g	10 g
<b>2. Frittata con spinaci</b>			
- Uovo	40 g	60 g	80 g
- Spinaci	40 g	50 g	60 g
- Parmigiano	5 g	5 g	10 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>3. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>4. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' INVERNALE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
III SETTIMANA**

<b><u>LUNEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta con cavolo</b>			
- Pasta di semola	40 g	50 g	70 g
- Cavolfiore	60 g	80 g	100 g
- Parmigiano	5 g	5 g	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>2. Formaggio primo sale</b>			
- Formaggio primo sale	40 g	50 g	60 g
<b>3. Zucchine a tocchetti al forno</b>			
- Zucchine	100 g	100 g	100 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
- Erbe Aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
<b>4. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>5. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' INVERNALE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
III SETTIMANA**

<b><u>MARTEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta con piselli</b>			
- Pasta di semola	40 g	60 g	80 g
- Piselli	80 g	80 g	100 g
- Parmigiano	5 g	10 g	10 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>2. Rollè di frittata con spinaci</b>			
- Uovo	40 g	60 g	80 g
- Spinaci	40 g	50 g	60 g
- Parmigiano	5 g	5 g	10 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>3. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>4. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' INVERNALE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
III SETTIMANA**



<b><u>MERCOLEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Riso al latte</b>			
- Riso Carnaroli	40 g	50 g	70 g
- Latte intero	q.b.	q.b.	q.b.
- Parmigiano	5 g	5 g	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>2. Polpettine di platessa al forno</b>			
- platessa	60 g	60 g	60 g
- Uova	20 g	20 g	20 g
- Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>3. Insalata verde</b>			
- Insalata	30 g	50 g	60 g
- Limone	q.b.	q.b.	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>4. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>5. Pane</b>	30 g	50 g	80 g





**RICETTARIO MENU' INVERNALE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
III SETTIMANA**



<b><u>GIOVEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta con lenticchie</b>			
- Pasta di semola	40 g	50 g	60 g
- Lenticchie secche	30 g	40 g	40 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>2. Arista di maiale</b>			
- Arista	50 g	60 g	70 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
- Erbe Aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
<b>3. Purea di patate</b>			
- Patate	80 g	100 g	120 g
- Latte intero	40 g	50 g	60 g
- Parmigiano	5 g	5 g	5 g
- Burro	5 g	5 g	5 g
<b>4. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>5. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' INVERNALE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
III SETTIMANA**



<b><u>VENERDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta al pomodoro</b>			
- Pasta di semola	40 g	50 g	70 g
- Passata di pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.
- Parmigiano	5 g	10 g	10 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	10 g
- Erbe Aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
<b>2. Polpette di bovino in umido</b>			
- Macinato di bovino	40 g	50 g	60 g
- Uovo	20 g	20 g	30 g
- Parmigiano	5 g	5 g	5 g
- Pane	10 g	10 g	10 g
<b>3. Finocchi gratinati al formaggio</b>			
- Finocchi	50 g	50 g	70 g
- Parmigiano	20 g	20 g	30 g
- Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>4. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>5. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' INVERNALE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
IV SETTIMANA**



<b><u>LUNEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta con broccoli</b>			
- Pasta di semola	40 g	50 g	70 g
- Broccoli baresi	60 g	80 g	100 g
- Parmigiano	5 g	5 g	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>2. Salsiccia di tacchino al forno</b>			
- Salsiccia di tacchino	50 g	60 g	70 g
<b>3. Patate al forno</b>			
- Patate	60 g	80 g	100 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
- Erbe Aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
<b>4. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>5. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' INVERNALE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
IV SETTIMANA**

<b><u>MARTEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta con zucchini</b>			
- Pasta di semola	40 g	50 g	70 g
- Zucchini	60 g	80 g	100 g
- Parmigiano	5 g	5 g	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>2. Ricottina</b>			
- Ricottina	40 g	50 g	60 g
<b>3. Fagiolini al limone</b>			
- Fagiolini	80 g	100 g	120 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
- Limone	q.b.	q.b.	q.b.
<b>4. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>5. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' INVERNALE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
IV SETTIMANA**



<b><u>MERCOLEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta con patate</b>			
- Pasta di semola	40 g	50 g	70 g
- Patate	50 g	60 g	70 g
- Parmigiano	5 g	5 g	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
- Erbe Aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
<b>2. Prosciutto cotto</b>			
- Prosciutto cotto	50 g	60 g	70 g
<b>3. Insalata verde</b>			
- Insalata	30 g	50 g	60 g
- Limone	q.b.	q.b.	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>4. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>5. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' INVERNALE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
IV SETTIMANA**



<b><u>GIOVEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta al pomodoro</b>			
- Pasta di semola	50 g	60 g	70 g
- Passata di pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.
- Parmigiano	5 g	10 g	10 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	10 g
- Erbe aromatiche			
<b>2. Filetto di platessa alla mugnaia</b>			
- Filetto di Platessa	60 g	80 g	80 g
- Farina di grano tenero di tipo 0	q.b.	q.b.	q.b.
- Burro	q.b.	q.b.	q.b.
- Limone	q.b.	q.b.	q.b.
<b>3. Spinaci al limone</b>			
- Spinaci	100 g	100 g	100 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
- Limone	q.b.	q.b.	q.b.
<b>4. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>5. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' INVERNALE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
IV SETTIMANA**



<b><u>VENERDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta con fagioli</b>			
- Pasta di semola	40 g	50 g	60 g
- Fagioli secchi	30 g	40 g	40 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
- Erbe Aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
<b>2. Polpette di ricotta e spinaci</b>			
- Uovo	30 g	40 g	60 g
- Ricotta	q.b.	q.b.	q.b.
- Spinaci	q.b.	q.b.	q.b.
- Parmigiano	5 g	5 g	10 g
- Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>3. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>4. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' PRIMAVERA ESTATE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
I SETTIMANA**



<b><u>LUNEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta al pomodoro</b>			
- Pasta di semola	40 g	50 g	70 g
- Passata di pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.
- Parmigiano	5 g	10 g	10 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	10 g
- Erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
<b>2. Polpettine di platessa al forno</b>			
- platessa	60 g	80 g	80 g
- Uova	20 g	30 g	30 g
- Pangrattato o pane	q.b.	q.b.	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>3. Fagiolini al limone</b>			
- Fagiolini	80 g	100 g	120 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
- Limone	q.b.	q.b.	q.b.
<b>4. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>5. Pane</b>	30 g	50 g	80 g





**RICETTARIO MENU' PRIMAVERA ESTATE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
I SETTIMANA**

<b><u>MARTEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta e patate</b>			
- Pasta di semola	40 g	50 g	70 g
- Patate	60 g	80 g	100 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>2. Formaggio Primo sale</b>			
- Formaggio Primo sale	40 g	50 g	60 g
<b>3. Zucchine a tocchetti al forno</b>			
- Zucchine	100 g	100 g	100 g
- Erbe Aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>4. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>5. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' PRIMAVERA ESTATE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
I SETTIMANA**

<b><u>MERCOLEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta al pomodoro</b>			
- Pasta di semola	40 g	50 g	70 g
- Passata di pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.
- Parmigiano	5 g	10 g	10 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	10 g
- Erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
<b>2. Scaloppina di maiale</b>			
- Lonza di maiale	50 g	60 g	70 g
- Farina di grano tenero di tipo 0	q.b.	q.b.	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
- Limone	q.b.	q.b.	q.b.
<b>3. Ortolana Gratinata</b>			
- Carote	20 g	20 g	30 g
- Zucca	30 g	30 g	30 g
- Zucchine	20 g	20 g	20 g
- Finocchio	20 g	20 g	30 g
- Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>4. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>5. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' PRIMAVERA ESTATE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
I SETTIMANA**

<b><u>GIOVEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta con fagioli</b>			
- Pasta di semola	40 g	50 g	60 g
- Fagioli secchi	30 g	40 g	40 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
- Erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
<b>2. Petto di pollo</b>			
- Petto di pollo	50 g	60 g	70 g
- Olio extravergine oliva	5 g	5 g	5 g
<b>3. Carote alla julienne</b>			
- Carote	50 g	60 g	70 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>4. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>5. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' PRIMAVERA ESTATE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
I SETTIMANA**

<b><u>VENERDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Riso al pomodoro</b>			
- Riso Carnaroli	40 g	50 g	70 g
- Passata di pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.
- Parmigiano	5 g	5 g	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>2 Prosciutto cotto</b>			
- prosciutto cotto	50 g	60 g	70 g
<b>3. Insalata verde</b>			
- Insalata	30 g	50 g	60 g
- Limone	q.b.	q.b.	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>4. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>5. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' PRIMAVERA ESTATE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
II SETTIMANA**



<b><u>LUNEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta con zucca</b>			
- Pasta di semola	40 g	50 g	70 g
- Zucca	100 g	100 g	120 g
- Parmigiano	5 g	5 g	5 g
<b>2. Ricottina</b>			
- Ricottina	40 g	50 g	60 g
<b>3. Carote al forno gratinate</b>			
- Carote	40 g	50 g	80 g
- Parmigiano	q.b.	q.b.	q.b.
- Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
- Erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
<b>4. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>5. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO PRIMAVERA ESTATE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
II SETTIMANA**



<b><u>MARTEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Riso al pomodoro</b>			
- Riso Carnaroli	40 g	50 g	70 g
- Passata di pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.
- Parmigiano	5 g	10 g	10 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	10 g
- Erbe Aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
<b>2. Filetto di platessa alla mugnaia</b>			
- Platessa	60 g	80 g	80 g
- Farina di grano tenero di tipo 0	q.b.	q.b.	q.b.
- Burro	q.b.	q.b.	q.b.
- Limone	q.b.	q.b.	q.b.
<b>3. Bietolina al limone</b>			
- Bietolina	100 g	100 g	100 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
- Limone	q.b.	q.b.	q.b.
<b>4. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>5. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' PRIMAVERA ESTATE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
II SETTIMANA**



<b><u>MERCOLEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta con lenticchie</b>			
- Pasta di semola	40 g	50 g	60 g
- Lenticchie secche	30 g	40 g	40 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
- Erbe Aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
<b>2. Polpette di ricotta e spinaci</b>			
- Uovo	30 g	40 g	60 g
- Ricotta	q.b.	q.b.	q.b.
- Spinaci	q.b.	q.b.	q.b.
- Parmigiano	5 g	5 g	10 g
- Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>3. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>4. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' PRIMAVERA ESTATE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
II SETTIMANA**



<b><u>GIOVEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta alla siciliana</b>			
- Pasta di semola	40 g	50 g	70 g
- Passata di pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.
- Melanzane	40 g	50 g	60 g
- Parmigiano	5 g	10 g	10 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	10 g
- Erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
<b>2. Polpette di bovino in umido</b>			
- Macinato di bovino	40 g	50 g	60 g
- Uovo	20 g	20 g	30 g
- Parmigiano	5 g	5 g	5 g
- Pane	10 g	10 g	10 g
<b>3. Insalata verde</b>			
- Insalata	30 g	50 g	60 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
- Limone	q.b.	q.b.	q.b.
<b>4. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>5. Pane</b>	30 g	50 g	80 g





**RICETTARIO MENU' PRIMAVERA ESTATE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
II SETTIMANA**

<b><u>VENERDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta con crema di zucchine</b>			
- Pasta di semola	40 g	50 g	70 g
- Zucchine	60 g	80 g	100 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
- Erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
<b>2. Sovracoscia di pollo</b>			
- Sovracoscia di pollo	50 g	60 g	70 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
- Erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
<b>3. Patate al forno</b>			
- Patate	50 g	80 g	100 g
- Erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>4. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>5. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' PRIMAVERA ESTATE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
III SETTIMANA**

<b><u>LUNEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta con zucchine</b>			
- Pasta di semola	40 g	50 g	70 g
- Zucchine	60 g	80 g	100 g
- Parmigiano	5 g	5 g	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>2. Rollè di Frittata con prosciutto cotto</b>			
- Uovo	40 g	60 g	80 g
- Parmigiano	5 g	5 g	5 g
- Prosciutto cotto	10 g	20 g	30 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>3. Insalata verde</b>			
- Insalata	30 g	50 g	60 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
- Limone	q.b.	q.b.	q.b.
<b>4. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>5. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' PRIMAVERA ESTATE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
III SETTIMANA**

<b><u>MARTEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta con piselli</b>			
- Pasta di semola	40 g	60 g	80 g
- Piselli	80 g	80 g	100 g
- Parmigiano	5 g	5 g	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>2. Polpettine di melanzane</b>			
- Melanzane	100 g	100 g	120 g
- Uova	20 g	20 g	30 g
- Parmigiano	10 g	10 g	20 g
- Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.
<b>3. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>4. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' PRIMAVERA ESTATE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
III SETTIMANA**

<b><u>MERCOLEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta al pomodoro</b>			
- Pasta di semola	40 g	50 g	70 g
- Passata di pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.
- Parmigiano	5 g	10 g	10 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	10 g
- Erbe Aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
<b>2. Tortino di platessa con patate</b>			
- platessa	60 g	80 g	80 g
- Patate	50 g	60 g	60 g
- Erbe Aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>3. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>4. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' PRIMAVERA ESTATE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
III SETTIMANA**

<b><u>GIOVEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta con zucca</b>			
- Pasta di semola	40 g	50 g	70 g
- Zucca	100 g	100 g	120 g
- Parmigiano	5 g	5 g	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>2. Salsiccia di tacchino al forno</b>			
- Salsiccia di tacchino	50 g	60 g	70 g
<b>3. Zucchine a tocchetti al forno</b>			
- Zucchine	100 g	100 g	100 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
- Erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
<b>4. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>5. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' PRIMAVERA ESTATE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
III SETTIMANA**

<b><u>VENERDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pizza al pomodoro e parmigiano</b>			
- Pizza al pomodoro	80 g	100 g	120 g
- Parmigiano	5 g	10 g	10 g
- Olio Extravergine Oliva	10 g	10 g	10 g
<b>2. Formaggio fuso</b>			
- Formaggio fuso	30 g	40 g	50 g
<b>3. Cotoletta di verdura al forno</b>			
- Patate	30 g	40 g	50 g
- Zucchine	30 g	40 g	50 g
- Carote	20 g	30 g	40 g
- Uovo	20 g	30 g	40 g
- Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.
<b>4. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>5. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' PRIMAVERA ESTATE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
IV SETTIMANA**

<b><u>LUNEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta con pesto</b>			
- Pasta di semola	40 g	50 g	70 g
- Pesto di basilico	30 g	30 g	40 g
<b>2. Sovracoscia di pollo al forno</b>			
- Sovracoscia di pollo	50 g	60 g	70 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
- Erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
<b>3. Patate al forno</b>			
- Patate	50 g	80 g	100 g
- Erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>3. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>4. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' PRIMAVERA ESTATE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
IV SETTIMANA**

<b><u>MARTEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta alla siciliana</b>			
- Pasta di semola	40 g	50 g	70 g
- Passata di pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.
- Melanzane	40 g	50 g	60 g
- Parmigiano	5 g	10 g	10 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	10 g
- Erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
<b>2. Polpettine di platessa al forno</b>			
- platessa	60 g	80 g	80 g
- Uova	20 g	30 g	30 g
- Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>3. Insalata verde</b>			
- Insalata	30 g	50 g	60 g
- Limone	q.b.	q.b.	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>4. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>5. Pane</b>	30 g	50 g	80 g





**RICETTARIO MENU' PRIMAVERA ESTATE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
IV SETTIMANA**

<b><u>MERCOLEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta con ceci</b>			
- Pasta di semola	40 g	50 g	60 g
- Ceci secchi	30 g	40 g	40 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
- Erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
<b>2. Prosciutto cotto magro</b>			
- prosciutto cotto magro	30 g	40 g	50 g
<b>3. Bietoline al limone</b>			
- Bietoline	100 g	120 g	200 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	10 g	10 g
- Limone	q.b.	q.b.	q.b.
<b>3. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>4. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' PRIMAVERA ESTATE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
IV SETTIMANA**

<b><u>GIOVEDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Riso al pomodoro</b>			
- Riso Carnaroli	40 g	50 g	70 g
- Passata di pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.
- Parmigiano	5 g	10 g	10 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	10 g
- Erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
<b>2. Scaloppina di maiale al limone</b>			
- Lonza di maiale	50 g	60 g	70 g
- Farina di grano tenero di tipo 0	q.b.	q.b.	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
- Limone	q.b.	q.b.	q.b.
<b>3. Ortolana gratinata</b>			
- Zucca	30 g	30 g	30 g
- Zucchine	20 g	20 g	20 g
- Carote	20 g	20 g	30 g
- Finocchio	20 g	20 g	30 g
- Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>4. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>5. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



**RICETTARIO MENU' PRIMAVERA ESTATE: INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO  
IV SETTIMANA**

<b><u>VENERDI'</u></b>	<b>Infanzia</b>	<b>Primaria</b>	<b>Secondaria di I grado</b>
<b><i>Ricetta</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>	<b><i>Grammature</i></b>
<b>1. Pasta con piselli</b>			
- Pasta di semola	40 g	60 g	80 g
- Piselli	80 g	80 g	100 g
- Parmigiano	5 g	10 g	10 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
<b>2. Ricottina</b>			
- Ricottina	40 g	50 g	60 g
<b>3 Fagiolini al pomodoro</b>			
- Fagiolini	80 g	100 g	120 g
- Passata di pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g	5 g	5 g
- Erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
<b>4. Frutta</b>	100 g	100 g	100 g
<b>5. Pane</b>	30 g	50 g	80 g



## Quantitativo calorico medio calcolato su tutto il periodo di somministrazione

3-6 Anni (Infanzia) Kcal Tot. <509	
Proteine	<19 g
Lipidi	<17 g
Glucidi	<70 g
Fibra alimentare	<4 g
Calcio	<300 mg
Ferro	<3,9 mg

6-11 Anni (Primaria) Kcal Tot. <671	
Proteine	<25 g
Lipidi	<22 g
Glucidi	<92 g
Fibra alimentare	<5,5g
Calcio	<400 mg
Ferro	<4,5 mg

Secondaria di I locale Kcal Tot. <864	
Proteine	<33 g
Lipidi	<29 g
Glucidi	<119 g
Fibra alimentare	<7 g
Calcio	<450 mg
Ferro	<4,9 mg



**TABELLA DIETETICA PRIVA DI GLUTINE**  
**Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I grado**  
**Menù autunno inverno**

<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta aglutinata al pomodoro Filetto di platessa impanato Spinaci al limone Pane Frutta	Pasta aglutinata con minestrone Ricottina Carote al forno gratinate Pane Frutta	Pasta aglutinata con ceci Prosciutto cotto magro Bietoline al limone Pane Frutta	Pasta aglutinata con patate Frittata con uova Insalata verde Pane Frutta	Riso con verza Polpette di bovino Carote alla julienne Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta aglutinata con lenticchie Formaggio fuso Ortolana gratinata Pane Frutta	Pasta aglutinata al pomodoro Tortino di platessa con patate Pane Frutta	Pasta aglutinata con zucca Scaloppina di maiale al limone Carote al forno gratinate Pane Frutta	Pasta aglutinata con fagioli Polpettine di melanzane Pane Frutta	Pizza aglutinata al pomodoro Frittata con spinaci Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta aglutinata con cavolo Formaggio primo sale Zucchine a tocchetti al forno Pane Frutta	Pasta aglutinata con piselli Rolle' di frittata con spinaci Pane Frutta	Riso al latte Polpettine di platessa Insalata verde Pane Frutta	Pasta aglutinata con lenticchie Arista di maiale Purea di patate Pane Frutta	Pasta aglutinata al pomodoro Polpette di bovino in umido Finocchi gratinati al formaggio Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta aglutinata con i broccoli Salsiccia di tacchino Patate al forno Pane Frutta	Pasta aglutinata con zucchine Ricottina Fagiolini al limone Pane Frutta	Pasta aglutinata con patate Prosciutto cotto Insalata verde Pane Frutta	Pasta aglutinata al pomodoro Filetto di platessa alla mugnaia Spinaci al limone Pane Frutta	Pasta aglutinata con fagioli Polpettine di ricotta e spinaci Pane Frutta

- La quantità di frutta prevista è di 100 g
- La quantità di pane per celiaci prevista è di 30 g per l'Infanzia, di 50 g per la Primaria e di 80 g per la secondaria di I grado

**Tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti privi di glutine o di prodotti naturalmente privi di glutine. Reg (UE) 1169/2011.**



**TABELLA DIETETICA PRIVA DI GLUTINE**  
**Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I grado**  
**Menù primavera estate**

<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta aglutinata al pomodoro Polpettine di platessa Fagiolini al limone Pane Frutta	Pasta aglutinata con patate Formaggio primo sale Zucchine a tocchetti al forno Pane Frutta	Pasta aglutinata al pomodoro Scaloppina di maiale al limone Ortolana gratinata Pane Frutta	Pasta aglutinata con fagioli Petto di pollo Carote alla julienne Pane Frutta	Riso al pomodoro Prosciutto cotto Insalata verde Pane Frutta
Pasta aglutinata con zucca Ricottina Carote al forno gratinate Pane Frutta	Riso al pomodoro Filetto di platessa Bietoline al limone Pane Frutta	Pasta aglutinata con lenticchie Polpettine di ricotta e spinaci Pane Frutta	Pasta aglutinata alla siciliana Polpette di bovino in umido Insalata verde Pane Frutta	Pasta aglutinata con crema di zucchine Sovracoscia di pollo Patate al forno Pane Frutta
Pasta aglutinata con zucchine Rolle'di frittata con prosc. cotto Insalata verde Pane Frutta	Pasta aglutinata con piselli Polpettine di melanzane Pane Frutta	Pasta aglutinata al pomodoro Tortino di platessa con patate Pane Frutta	Pasta aglutinata con zucca Salsiccia di tacchino Zucchine a tocchetti al forno Pane Frutta	Pizza aglutinata al pomodoro Formaggio fuso Cotoletta di verdure al forno Pane Frutta
Pasta aglutinata con pesto Sovracoscia di pollo Patate al forno Pane Frutta	Pasta aglutinata alla siciliana Polpettine di platessa Insalata verde Pane Frutta	Pasta aglutinata con ceci Prosciutto cotto magro Bietoline al limone Pane Frutta	Riso al pomodoro Scaloppina di maiale al limone Ortolana gratinata Pane Frutta	Pasta aglutinata con piselli Ricottina Fagiolini al pomodoro Pane Frutta

- La quantità di frutta prevista è di 100 g
- La quantità di pane prevista è di 30 g per l'Infanzia, di 50 g per la Primaria e di 80 g per la secondaria di I grado

**Tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti privi di glutine o di prodotti naturalmente privi di glutine. Reg (UE) 1169/2011.**



**TABELLA DIETETICA PRIVA DI CARNE SUINA**  
**Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I grado**  
**Menù autunno inverno**

<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta al pomodoro Filetto di platessa impanato Spinaci al limone Pane Frutta	Pasta con minestrone Ricottina Carote al forno gratinate Pane Frutta	Pasta con ceci Fesa di tacchino Bietoline al limone Pane Frutta	Pasta con patate Frittata Insalata verde Pane Frutta	Riso con verza Polpette di bovino Carote alla julienne Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con lenticchie Formaggio fuso Ortolana gratinata Pane Frutta	Pasta al pomodoro Tortino di platessa con patate Pane Frutta	Pasta con zucca Scaloppina di pollo al limone Carote al forno gratinate Pane Frutta	Pasta con fagioli Polpettine di melanzane Pane Frutta	Pizza al pomodoro Frittata con spinaci Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con cavolo Formaggio primo sale Zucchine a tocchetti al forno Pane Frutta	Pasta con piselli Rolle' di frittata con spinaci Pane Frutta	Riso al latte Polpettine di platessa Insalata verde Pane Frutta	Pasta con lenticchie Hamburger di bovino Purea di patate Pane Frutta	Pasta al pomodoro Polpette di bovino in umido Finocchi gratinati al formaggio Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con i broccoli Salsiccia di tacchino Patate al forno Pane Frutta	Pasta con zucchine Ricottina Fagiolini al limone Pane Frutta	Pasta con patate Fesa di tacchino Insalata verde Pane Frutta	Pasta al pomodoro Filetto di platessa alla mugnaia Spinaci al limone Pane Frutta	Pasta con fagioli Polpettine di ricotta e spinaci Pane Frutta

- La quantità di frutta prevista è di 100 g
- La quantità di pane prevista è di 30 g per l'Infanzia, di 50 g per la Primaria e di 80 g per la secondaria di I grado



**TABELLA DIETETICA PRIVA DI CARNE SUINA**  
**Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I grado**  
**Menù primavera estate**

<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta al pomodoro Polpettine di platessa Fagiolini al limone Pane Frutta	Pasta con patate Formaggio primo sale Zucchine a tocchetti al forno Pane Frutta	Pasta al pomodoro Scaloppina di bovino al limone Ortolana gratinata Pane Frutta	Pasta con fagioli Petto di pollo Carote alla julienne Pane Frutta	Riso al pomodoro Fesa di tacchino Insalata verde Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con zucca Ricottina Carote al forno gratinate Pane Frutta	Riso al pomodoro Filetto di platessa Bietoline al limone Pane Frutta	Pasta con lenticchie Polpettine di ricotta e spinaci Pane Frutta	Pasta alla siciliana Polpette di bovino in umido Insalata verde Pane Frutta	Pasta con crema di zucchine Sovracoscia di pollo Patate al forno Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con zucchine Frittata Insalata verde Pane Frutta	Pasta con piselli Polpettine di melanzane Pane Frutta	Pasta al pomodoro Tortino di platessa con patate Pane Frutta	Pasta con zucca Salsiccia di tacchino Zucchine a tocchetti al forno Pane Frutta	Pizza al pomodoro Formaggio fuso Cotoletta di verdure al forno Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con pesto Sovracoscia di pollo Patate al forno Pane Frutta	Pasta alla siciliana Polpettine di platessa Insalata verde Pane Frutta	Pasta con ceci Frittata Bietoline al limone Pane Frutta	Riso al pomodoro Scaloppina di pollo al limone Ortolana gratinata Pane Frutta	Pasta con piselli Ricottina Fagiolini al pomodoro Pane Frutta

- La quantità di frutta prevista è di 100 g
- La quantità di pane prevista è di 30 g per l'Infanzia, di 50 g per la Primaria e di 80 g per la secondaria di I grado





**TABELLA DIETETICA PRIVA DI PROTEINE DELL'UOVO**  
**Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I grado**  
**Menù autunno inverno**

<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta al pomodoro Filetto di platessa Spinaci al limone Pane Frutta	Pasta con minestrone Ricottina Carote al forno gratinate Pane Frutta	Pasta con ceci Prosciutto cotto magro Bietoline al limone Pane Frutta	Pasta con patate Petto di pollo Insalata verde Pane Frutta	Riso con verza Hamburger di bovino Carote alla julienne Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con lenticchie Formaggio fuso Ortolana gratinata Pane Frutta	Pasta al pomodoro Tortino di platessa con patate Pane Frutta	Pasta con zucca Scaloppina di maiale al limone Carote al forno gratinate Pane Frutta	Pasta con fagioli Formaggio primo sale Bietoline al limone Pane Frutta	Pizza al pomodoro Salsiccia di tacchino Insalata verde Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con cavolo Formaggio primo sale Zucchine a tocchetti al forno Pane Frutta	Pasta con piselli Prosciutto cotto Carote alla julienne Pane Frutta	Riso al latte Filetto di platessa alla mugnaia Insalata verde Pane Frutta	Pasta con lenticchie Arista di maiale Purea di patate Pane Frutta	Pasta al pomodoro Hamburger di bovino Finocchi gratinati al formaggio Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con i broccoli Salsiccia di tacchino Patate al forno Pane Frutta	Pasta con zucchine Ricottina Fagiolini al limone Pane Frutta	Pasta con patate Prosciutto cotto Insalata verde Pane Frutta	Pasta al pomodoro Filetto di platessa alla mugnaia Spinaci al limone Pane Frutta	Pasta con fagioli Ricotta Carote alla julienne Pane Frutta

- La quantità di frutta prevista è di 100 g
- La quantità di pane prevista è di 30 g per l'Infanzia, di 50 g per la Primaria e di 80 g per la secondaria di I grado

**Tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti privi di proteine dell'uovo con il divieto di aggiungere parmigiano. Si rende, perciò, necessario verificare l'etichettatura secondo Regolamento (UE) 1169/2011**



**TABELLA DIETETICA PRIVA DI PROTEINE DELL'UOVO**  
**Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I grado**  
**Menù primavera estate**

<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta al pomodoro Filetto di platessa Fagiolini al limone Pane Frutta	Pasta con patate Formaggio primo sale Zucchine a tocchetti al forno Pane Frutta	Pasta al pomodoro Scaloppina di maiale al limone Ortolana gratinata Pane Frutta	Pasta con fagioli Petto di pollo Carote alla julienne Pane Frutta	Riso al pomodoro Prosciutto cotto Insalata verde Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con zucca Ricottina Carote al forno gratinate Pane Frutta	Riso al pomodoro Filetto di platessa Bietoline al limone Pane Frutta	Pasta con lenticchie Prosciutto cotto magro Spinaci al limone Pane Frutta	Pasta alla siciliana Hamburger Insalata verde Pane Frutta	Pasta con crema di zucchine Sovracoscia di pollo Patate al forno Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con zucchine Prosciutto cotto Insalata verde Pane Frutta	Pasta con piselli Ricottina Carote alla julienne Pane Frutta	Pasta al pomodoro Tortino di platessa con patate Pane Frutta	Pasta con zucca Salsiccia di tacchino Zucchine a tocchetti al forno Pane Frutta	Pizza al pomodoro Formaggio fuso Patate, zucchine e carote Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con zucca Sovracoscia di pollo Patate al forno Pane Frutta	Pasta alla siciliana Platessa in umido Insalata verde Pane Frutta	Pasta con ceci Prosciutto cotto magro Bietoline al limone Pane Frutta	Riso al pomodoro Scaloppina di maiale al limone Ortolana gratinata Pane Frutta	Pasta con piselli Ricottina Fagiolini al pomodoro Pane Frutta

- La quantità di frutta prevista è di 100 g
- La quantità di pane prevista è di 30 g per l'Infanzia, di 50 g per la Primaria e di 80 g per la secondaria di I grado

**Tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti privi di proteine dell'uovo con il divieto di aggiungere parmigiano. Si rende, perciò, necessario verificare l'etichettatura secondo Regolamento (UE) 1169/2011**



**TABELLA DIETETICA PRIVA DI PROTEINE DEL LATTE VACCINO**  
**Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I grado**  
**Menù autunno inverno**

<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta al pomodoro Filetto di platessa impanato Spinaci al limone Pane Frutta	Pasta con minestrone Fesa di tacchino Carote al forno gratinate Pane Frutta	Pasta con ceci Prosciutto cotto magro Bietoline al limone Pane Frutta	Pasta con patate Petto di pollo Insalata verde Pane Frutta	Riso con verza Hamburger di bovino Carote alla julienne Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con lenticchie Salsiccia di tacchino Ortolana gratinata Pane Frutta	Pasta al pomodoro Tortino di platessa con patate Pane Frutta	Pasta con zucca Scaloppina di maiale al limone Carote al forno gratinate Pane Frutta	Pasta con fagioli Polpettine di melanzane Pane Frutta	Pizza al pomodoro senza formaggio Frittata con spinaci Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con cavolo Prosciutto cotto Zucchine a tocchetti al forno Pane Frutta	Pasta con piselli Rolle'di frittata con spinaci Pane Frutta	Riso al pomodoro Polpettine di platessa Insalata verde Pane Frutta	Pasta con lenticchie Arista di maiale Patate al forno Pane Frutta	Pasta al pomodoro Hamburger di bovino Finocchi gratinati Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con i broccoli Salsiccia di tacchino Patate al forno Pane Frutta	Pasta con zucchine Filetto di platessa impanato Fagiolini al limone Pane Frutta	Pasta con patate Prosciutto cotto Insalata verde Pane Frutta	Pasta al pomodoro Filetto di platessa alla mugnaia Spinaci al limone Pane Frutta	Pasta con fagioli Frittata di uova Zucchine a tocchetti al forno Pane Frutta

- La quantità di frutta prevista è di 100 g
- La quantità di pane prevista è di 30 g per l'Infanzia, di 50 g per la Primaria e di 80 g per la secondaria di I grado

**Tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti privi di proteine del latte vaccino e non deve essere prevista l'aggiunta di latte e/o dei suoi derivati. Regolamento (UE) 1169/2011**



**TABELLA DIETETICA PRIVA DI PROTEINE DEL LATTE VACCINO**  
**Scuola dell'Infanzia, Primaria e e Secondaria di I grado**  
**Menù primavera estate**

<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta al pomodoro Polpettine di platessa Fagiolini al limone Pane Frutta	Pasta con patate Frittata Zucchine a tocchetti al forno Pane Frutta	Pasta al pomodoro Scaloppina di maiale al limone Ortolana gratinata Pane Frutta	Pasta con fagioli Petto di pollo Carote alla julienne Pane Frutta	Riso al pomodoro Prosciutto cotto Insalata verde Pane Frutta
Pasta con zucca Hamburger di tacchino Carote al forno gratinate Pane Frutta	Riso al pomodoro Filetto di platessa Bietoline al limone Pane Frutta	Pasta con lenticchie Frittata Spinaci al limone Pane Frutta	Pasta alla siciliana Hamburger di bovino Insalata verde Pane Frutta	Pasta con crema di zucchine Sovracoscia di pollo Patate al forno Pane Frutta
Pasta con zucchine Rolle'di frittata con prosc. cotto Insalata verde Pane Frutta	Pasta con piselli Polpettine di melanzane Pane Frutta	Pasta al pomodoro Tortino di platessa con patate Pane Frutta	Pasta con zucca Salsiccia di tacchino Zucchine a tocchetti al forno Pane Frutta	Pizza al pomodoro senza formaggio Hamburger di bovino Cotoletta di verdure al forno Pane Frutta
Pasta con zucca Sovracoscia di pollo Patate al forno Pane Frutta	Pasta alla siciliana Polpettine di platessa Insalata verde Pane Frutta	Pasta con ceci Prosciutto cotto magro Bietoline al limone Pane Frutta	Riso al pomodoro Scaloppina di maiale al limone Ortolana gratinata Pane Frutta	Pasta con piselli Frittata Fagiolini al pomodoro Pane Frutta

- La quantità di frutta prevista è di 100 g
- La quantità di pane prevista è di 30 g per l'Infanzia, di 50 g per la Primaria e di 80 g per la secondaria di I grado

**Tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti privi di proteine del latte vaccino e non deve essere prevista l'aggiunta di latte e/o dei suoi derivati. Regolamento (UE) 1169/2011**



**TABELLA DIETETICA PRIVA DI PESCE E DERIVATI**  
**Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I grado**  
**Menù autunno inverno**

<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta al pomodoro Carne bianca in umido Spinaci al limone Pane Frutta	Pasta con minestrone Ricottina Carote al forno gratinate Pane Frutta	Pasta con ceci Prosciutto cotto magro Bietoline al limone Pane Frutta	Pasta con patate Frittata di uova Insalata verde Pane Frutta	Riso con verza Polpette di bovino Carote alla julienne Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con lenticchie Formaggio fuso Ortolana gratinata Pane Frutta	Pasta al pomodoro Hamburger con patate Pane Frutta	Pasta con zucca Scaloppina di maiale al limone Carote al forno gratinate Pane Frutta	Pasta con fagioli Polpettine di melanzane Pane Frutta	Pizza al pomodoro Frittata con spinaci Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con cavolo Formaggio primo sale Zucchine a tocchetti al forno Pane Frutta	Pasta con piselli Rolle' di frittata con spinaci Pane Frutta	Riso al latte Carne bianca in umido Insalata verde Pane Frutta	Pasta con lenticchie Arista di maiale Purea di patate Pane Frutta	Pasta al pomodoro Polpette di bovino in umido Finocchi gratinati al formaggio Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con i broccoli Salsiccia di tacchino Patate al forno Pane Frutta	Pasta con zucchine Ricottina Fagiolini al limone Pane Frutta	Pasta con patate Prosciutto cotto Insalata verde Pane Frutta	Pasta al pomodoro Carne bianca in umido Spinaci al limone Pane Frutta	Pasta con fagioli Polpettine di ricotta e spinaci Pane Frutta

- La quantità di frutta prevista è di 100 g
- La quantità di pane prevista è di 30 g per l'Infanzia, di 50 g per la Primaria e di 80 g per la secondaria di I grado



**TABELLA DIETETICA PRIVA DI PESCE E DERIVATI**  
**Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I grado**  
**Menù primavera estate**

<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta al pomodoro Carne bianca in umido Fagiolini al limone Pane Frutta	Pasta con patate Formaggio primo sale Zucchine a tocchetti al forno Pane Frutta	Pasta al pomodoro Scaloppina di maiale al limone Ortolana gratinata Pane Frutta	Pasta con fagioli Petto di pollo Carote alla julienne Pane Frutta	Riso al pomodoro Prosciutto cotto Insalata verde Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con zucca Ricottina Carote al forno gratinate Pane Frutta	Riso al pomodoro Hamburger di bovino Bietoline al limone Pane Frutta	Pasta con lenticchie Polpettine di ricotta e spinaci Pane Frutta	Pasta alla siciliana Polpette di bovino in umido Insalata verde Pane Frutta	Pasta con crema di zucchine Sovracoscia di pollo Patate al forno Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con zucchine Rolle'di frittata con prosc. cotto Insalata verde Pane Frutta	Pasta con piselli Polpettine di melanzane Pane Frutta	Pasta al pomodoro Hamburger di bovino Patate al forno Pane Frutta	Pasta con zucca Salsiccia di tacchino Zucchine a tocchetti al forno Pane Frutta	Pizza al pomodoro Formaggio fuso Cotoletta di verdure al forno Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con zucca Sovracoscia di pollo Patate al forno Pane Frutta	Pasta alla siciliana Polpette di bovino in umido Insalata verde Pane Frutta	Pasta con ceci Prosciutto cotto magro Bietoline al limone Pane Frutta	Riso al pomodoro Scaloppina di maiale al limone Ortolana gratinata Pane Frutta	Pasta con piselli Ricottina Fagiolini al pomodoro Pane Frutta

- La quantità di frutta prevista è di 100 g
- La quantità di pane prevista è di 30 g per l'Infanzia, di 50 g per la Primaria e di 80 g per la secondaria di I grado



**TABELLA DIETETICA PRIVA DI PROTEINE DELL'UOVO, DEL LATTE E NOCCIOLA**  
**Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I grado**  
**Menù autunno inverno**

<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta al pomodoro Filetto di platessa Spinaci al limone Pane Frutta	Pasta con minestrone Fesa di tacchino Carote al forno Pane Frutta	Pasta con ceci Prosciutto cotto magro Bietoline al limone Pane Frutta	Pasta con patate Petto di pollo Insalata verde Pane Frutta	Riso con verza Hamburger di bovino Carote alla julienne Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con lenticchie Salsiccia di tacchino Ortolana al forno Pane Frutta	Pasta al pomodoro Tortino di platessa con patate Pane Frutta	Pasta con zucca Scaloppina di maiale al limone Bietoline al limone Pane Frutta	Pasta con fagioli Hamburger di bovino Insalata verde Pane Frutta	Pizza al pomodoro senza formaggio Salsiccia di tacchino Carote alla julienne Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con cavolo Petto di pollo Zucchine a tocchetti al forno Pane Frutta	Pasta con piselli Prosciutto cotto Carote alla julienne Pane Frutta	Riso al pomodoro Filetto di platessa Insalata verde Pane Frutta	Pasta con lenticchie Arista di maiale Patate al forno Pane Frutta	Pasta al pomodoro Hamburger di bovino Finocchi al forno Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con i broccoli Salsiccia di tacchino Patate al forno Pane Frutta	Pasta con zucchine Hamburger di bovino Fagiolini al limone Pane Frutta	Pasta con patate Prosciutto cotto magro Insalata verde Pane Frutta	Pasta al pomodoro Filetto di platessa Spinaci al limone Pane Frutta	Pasta con fagioli Scaloppina di maiale al limone Carote alla julienne Pane Frutta

- La quantità di frutta prevista è di 100 g
- La quantità di pane prevista è di 30 g per l'Infanzia, di 50 g per la Primaria e di 80 g per la secondaria di I grado

**Tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti privi di nocciole, proteine del latte, dell'uovo e con il divieto di aggiungere parmigiano. Si rende, perciò, necessario verificare l'etichettatura secondo Regolamento (UE) 1169/2011**



**TABELLA DIETETICA PRIVA DI PROTEINE DELL'UOVO, DEL LATTE E NOCCIOLA**  
**Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I grado**  
**Menù primavera estate**

<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta al pomodoro Filetto di platessa Fagiolini al limone Pane Frutta	Pasta con patate Hamburger Zucchine a tocchetti al forno Pane Frutta	Pasta al pomodoro Scaloppina di maiale al limone Ortolana al forno Pane Frutta	Pasta con fagioli Petto di pollo Carote alla julienne Pane Frutta	Riso al pomodoro Prosciutto cotto Insalata verde Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con zucca Hamburger di tacchino Carote al forno Pane Frutta	Riso al pomodoro Filetto di platessa Bietoline al limone Pane Frutta	Pasta con lenticchie Prosciutto cotto magro Spinaci al limone Pane Frutta	Pasta alla siciliana Hamburger di bovino Insalata verde Pane Frutta	Pasta con crema di zucchine Sovracoscia di pollo Patate al forno Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta con zucchine Prosciutto cotto Insalata verde Pane Frutta	Pasta con piselli Petto di pollo Carote alla julienne Pane Frutta	Pasta al pomodoro Tortino di platessa con patate Pane Frutta	Pasta con zucca Salsiccia di tacchino Zucchine a tocchetti al forno Pane Frutta	Pizza al pomodoro senza formaggio Fesa di tacchino Patate, zucchine e carote Pane Frutta
<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta al pomodoro Sovracoscia di pollo Patate al forno Pane Frutta	Pasta alla siciliana Platessa in umido Insalata verde Pane Frutta	Pasta con ceci Prosciutto cotto magro Bietoline al limone Pane Frutta	Riso al pomodoro Scaloppina di maiale al limone Ortolana al forno Pane Frutta	Pasta con piselli Hamburger di bovino Fagiolini al pomodoro Pane Frutta

- La quantità di frutta prevista è di 100 g
- La quantità di pane prevista è di 30 g per l'Infanzia, di 50 g per la Primaria e di 80 g per la secondaria di I grado

**Tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti privi di nocciole, proteine del latte, dell'uovo e con il divieto di aggiungere parmigiano. Si rende, perciò, necessario verificare l'etichettatura secondo Regolamento (UE) 1169/2011**





Si precisa che devono essere rispettati i requisiti presenti nel D.M. Ambiente del 10/03/2020 "Criteri ambientali minimi per il servizio di ristorazione collettiva e fornitura di derrate alimentari" ai sensi del quale, tra le varie prescrizioni:

- Non è consentita la somministrazione di carne/pesce ricomposti né prefritti, preimpanati o che abbiano subito analoghe lavorazioni da imprese diverse dall'aggiudicatario (Esempio Bastoncini di pesce, wurstel di pollo etc).
- Negli spuntini devono essere somministrati a rotazione frutta, ortaggi crudi, pane o altri prodotti da forno non monodose (se non per specifiche esigenze tra cui pranzi al sacco e diete speciali), yogurt ed, eventualmente, latte. Le marmellate e le confetture devono essere biologiche.
- Succhi di frutta o nettali di frutta: biologici. Nell'etichetta deve essere riportata l'indicazione «contiene naturalmente zuccheri»

Inoltre si raccomanda:

- Che nella preparazione delle pietanze sia sempre utilizzato sale iodato come indicato dalla legge 55/2005 "Disposizioni finalizzate alla prevenzione del gozzo endemico e altre patologie da carenza iodica";
- Che siano rispettate le norme in materia di consumo di prodotti geneticamente modificati (Legge Regionale n.15 del 24/11/2001);
- Che le preparazioni siano tali da non costituire pericolo per i bambini più piccoli (alimenti piccoli di forma tonda o consistenza fibrosa) secondo le Linee di Indirizzo del Ministero della Salute per la prevenzione del soffocamento da cibo (Giugno 2017);