

AVVERTENZE PER LA REFEZIONE SCOLASTICA

MENU' STANDARD adeguato alle " Linee di indirizzo della Regione Campania per la sicurezza Alimentare e Sicurezza Nutrizionale nella Ristorazione collettiva" CRIPAT. DD N.260 del 09/07/2021

MENU' STANDARD adeguato alle " Linee di indirizzo della Regione Campania per l'elaborazione dei menu asili nido" CRIPAT. DD N.140 del 08/04/2021

Dipartimento di Prevenzione - U.O.S.D. PREVENZIONE COLLETTIVA Distretti 71 _ 72

Via Mons. A Sacco -Ex Ospedale- SANT'ARSENIO (SA) - Tel. 0975.373642 - Fax 0975.373613

E-mail: r.dalvano@aslsalerno.it - PEC: dp.uopc71_72@pec.aslsalerno.it

5. PRIMI PIATTI

Per pasta di semola si intende pasta di semola di grano duro, **è possibile utilizzare semola integrale**. Qualora alcune portate non risultino gradite si può sostituire il piatto con pasta, pomodoro e parmigiano, nelle stesse quantità previste per quella giornata. Si consiglia ad ogni buon conto il rispetto della dieta prevista poiché nell'elaborazione delle giornate si è tenuto conto dell'obiettivo fondamentale di garantire una Sana Alimentazione e momenti di Educazione alimentare. E' opportuno evitare gli abusi.

6. PROSCIUTTO

Il prosciutto cotto deve presentare caratteristiche quali essere realizzate a partire da masse muscolari magre integre; essere privo di glutine, lattosio e proteine del latte; essere prodotto senza aggiunta di polifosfati e altri additivi con attività gelificante o addensante e presentare una quantità di nitrati e nitriti conforme ai limiti di Legge (Reg. CE 1333/2008). E' consigliabile **per i bambini 3-10 anni tagliare o sminuzzare il prosciutto**.

E' preferibile non sostituire i secondi a base di carne o pesce con alimenti già confezionati e panati.

7. PANE

Possono essere impiegate farine "00", "0", "1", "2" e "integrale". **Il pane in forma di filone può essere somministrato a fette solo se tagliato al momento o all'inizio del servizio**, sempre che mantenga le proprie caratteristiche organolettiche e rispettando le grammature previste. I panini devono essere confezionati singolarmente. Si richiede, inoltre, l'utilizzo di pane avente le caratteristiche evidenziate nella Delibera di Giunta n.229 del 2 luglio 2019 che prevede lo schema di Protocollo di Intesa per la riduzione del sale nel pane tra Regione Campania e Confindustria Imprese Campania, Unione Regionale Panificatori Campania, Associazione Provinciale Libera Panificatori Napoletani, Associazione Panificatori della Provincia di Salerno. In particolare, il sale non deve essere superiore al 1,7% riferito al peso della farina.

8. FRUTTA

A chiarimento del termine "frutta di stagione" è evidente la necessità di variare fra le diverse tipologie di frutta nel rispetto della stagionalità e nel ridurre l'impatto ambientale. Si precisa che **non è consentito** sostituire la portata frutta di stagione con Succhi di Frutta o alimenti simili.

Dott.ssa Biologo Nutrizionista Marzia Manilia

il Dirigente Responsabile U.O.S.D. PREVENZIONE COLLETTIVA

AREA INTERDISTRETTUALE 71_72 **Dr.ssa Rosa D'Alvano**

U.O.S.D. PREVENZIONE COLLETTIVA

Dipartimento di Prevenzione - U.O.S.D. PREVENZIONE COLLETTIVA Distretti 71_72 AREA INTERDISTRETTUALE 71/72

Via Mons. A Sacco - Ex Ospedale - SANT'ARSENIO (SA) - Tel. 0975.373642 - Fax 0975.373613

E-mail: r.dalvano@asisalerno.it - PEC: dp.uopc71_72@pec.asisalerno.it



SCUOLA INFANZIA - PRIMA SETTIMANA autunno- inverno

MENU' STANDARD adeguato alle " Linee di indirizzo della Regione Campania per la sicurezza Alimentare e Sicurezza Nutrizionale nella Ristorazione collettiva" CRIPAT. DD N.260 del 09/07/2021

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<p><u>Riso alla parmigiana</u> riso 50 parmigiano 5 olio extravergine di oliva 5</p> <p><u>Petto di pollo alle erbe aromatiche</u> petto di pollo 50 olio extravergine di oliva 5 erbe aromatiche q.b.</p> <p><u>Patate al forno</u> patate 50 olio extravergine di oliva 4</p> <p>Pane comune 50 Frutta di stagione 100</p> <p style="text-align: right;">Kcal 563 Proteine % 15,8 Carboidrati % 58,9 Lipidi % 25,3 Proteine gr 22,2 Carboidrati gr 88 Lipidi gr 15,8</p>	<p><u>Pasta e fagioli</u> pasta di semola corta 40 fagioli freschi 40 olio extravergine di oliva 4 pomodoro-passata 30</p> <p><u>Ricotta di vacca</u> ricotta di mucca 50 olio extravergine di oliva 5</p> <p><u>Insalata verde</u> insalata verde 60 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 50 Frutta di stagione 100</p> <p style="text-align: right;">Kcal 560 Proteine % 15,4 Carboidrati % 52,1 Lipidi % 32,5 Proteine gr 21,5 Carboidrati gr 77,75 Lipidi gr 20,2</p>	<p><u>Pasta al pomodoro e basilico</u> pasta corta di semola 50 pomodoro pelati 40 olio extravergine di oliva 4</p> <p><u>Scaloppina al pomodoro</u> vitello, carne magra 50 pomodori pelati 50 olio extravergine di oliva 5</p> <p><u>Broccoletti</u> broccoli di rapa 70 olio extravergine di oliva 4</p> <p>Pane comune 50 Frutta di stagione 100</p> <p style="text-align: right;">Kcal 548 Proteine % 17,3 Carboidrati % 56,9 Lipidi % 25,8 Proteine gr 23,7 Carboidrati gr 83,2 Lipidi gr 15,7</p>	<p><u>Pasta e patate</u> pasta corta di semola 30 patate 40 olio extravergine di oliva 5</p> <p><u>Sogliola in umido</u> filetto di sogliola 70 olio extravergine di oliva 5</p> <p><u>carote al naturale</u> carote 80 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 50 Frutta di stagione 100</p> <p style="text-align: right;">Kcal 537 Proteine % 16,0 Carboidrati % 54,8 Lipidi % 29,1 Proteine gr 21,5 Carboidrati gr 78,6 Lipidi gr 17,4</p>	<p><u>Passato di verdure con pasta</u> pasta corta di semola 40 fagioli,zucchine(cadauno) 40 carote, pomodoro(cadauno) 40 olio extravergine di oliva 5</p> <p><u>Prosciutto cotto</u> prosciutto cotto magro 50</p> <p><u>Insalata di verdure miste</u> lattuga 80 pomodori 50 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 50 Frutta di stagione 100</p> <p style="text-align: right;">Kcal 500 Proteine % 18,1 Carboidrati % 57,5 Lipidi % 24,5 Proteine gr 22,7 Carboidrati gr 76,7 Lipidi gr 13,6</p>

SCUOLA INFANZIA - SECONDA SETTIMANA autunno- inverno

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<p><u>Gnocchetti al pomodoro</u> pasta di semola tipo gnocchetti 50 pomodoro pelati 50 parmigiano gratt. 5 olio extravergine di oliva 5</p> <p><u>Ricotta di vacca</u> Ricotta di vacca 60</p> <p><u>Bietta al vapore</u> bietta al naturale 80 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 50 Frutta di stagione 100</p> <p style="text-align: right;">Kcal 569 Proteine % 13,2 Carboidrati % 56,2 Lipidi % 30,7 Proteine gr 18,8 Carboidrati gr 85,3 Lipidi gr 19,4</p>	<p><u>Riso con piselli</u> riso 30 piselli surgelati 30 olio extravergine di oliva 5</p> <p><u>Cosce di pollo al forno</u> cosce di pollo dissossato 50 olio extravergine di oliva 5</p> <p><u>Broccoletti al limone</u> broccoli 80 olio extravergine di oliva 5 succo di limone q.b.</p> <p>Pane comune 50 Frutta di stagione 100</p> <p style="text-align: right;">Kcal 550 Proteine % 15,2 Carboidrati % 55,8 Lipidi % 29,0 Proteine gr 20,9 Carboidrati gr 81,96 Lipidi gr 17,8</p>	<p><u>Farfalle pomodoro e parmigiano</u> pasta tipo farfalle 50 pomodoro pelati 40 olio extravergine di oliva 5</p> <p><u>Scaloppine al limone</u> vitello in fettine 60 farina q.b. olio extravergine di oliva 5 succo di limone a.b.</p> <p><u>Spinaci in padella</u> Spinaci 80 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 50 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 576 Proteine % 16,9 Carboidrati % 54,7 Lipidi % 28,4 Proteine gr 24,0 Carboidrati gr 84,0 Lipidi gr 18,2</p>	<p><u>pasta e ceci</u> pasta, tipo corta 30 ceci freschi 50 olio extravergine di oliva 5</p> <p><u>Sogliola al pomodoro</u> filetto di sogliola 60,0 olio extravergine di oliva 5 pomodoro passato q.b.</p> <p><u>Insalata verde</u> insalata verde 60 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 50 Frutta di stagione 100</p> <p style="text-align: right;">Kcal 514 Proteine % 16,7 Carboidrati % 52,7 Lipidi % 30,6 Proteine gr 21,4 Carboidrati gr 72,2 Lipidi gr 17,5</p>	<p><u>Passato di verdure con riso</u> riso 30 fagioli,zucchine(cadauno) 40 carote, pomodoro(cadauno) 40 olio extravergine di oliva 5</p> <p><u>Frittata di zuccchene al forno</u> uova 40 carciofi 40 zucchine 40 parmigiano 40 olio extravergine di oliva 5</p> <p><u>Piselli in tegame</u> piselli surgelati 40 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 50 Frutta di stagione 100</p> <p style="text-align: right;">Kcal 544 Proteine % 12,4 Carboidrati % 55,5 Lipidi % 30,2 Proteine gr 20,2 Carboidrati gr 79,8 Lipidi gr 18,2</p>



SCUOLA INFANZIA - TERZA SETTIMANA autunno- inverno

MENU' STANDARD adeguato alle " Linee di indirizzo della Regione Campania per la sicurezza Alimentare e Sicurezza Nutrizionale nella Ristorazione collettiva" CRIPAT. DD N.260 del 09/07/2021

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<p>Pasta con cavolo cappuccio pasta corta di semola 50 cavolo cappuccio 50 parmigiano gratt. 5 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Prosciutto cotto Prosciutto cotto magro 40</p> <p>Carote al naturale Carote 80 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 50 Frutta di stagione 100</p> <p>Kcal 513 Proteine % 16,5 Carboidrati % 58,4 Lipidi % 25,2 Proteine gr 21,2 Carboidrati gr 79,8 Lipidi gr 14,3</p>	<p>Riso al parmigiano riso parboiled 50 pomodori pelati 40 parmigiano grattugiato 5 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Spezzatino di tacchino con patate tacchino 60 patate 40 olio extravergine di oliva 6</p> <p>Pane comune 50 Frutta di stagione 100</p> <p>Kcal 589 Proteine % 14,9 Carboidrati % 57,1 Lipidi % 28,1 Proteine gr 21,9 Carboidrati gr 89,0 Lipidi gr 18,4</p>	<p>Pasta con la zucca pasta corta di semola 40 zucca passata 50 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Filetto di platessa in umido Filetto di platessa 50 pomodori pelati 50 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Broccoletti al limone broccoli 80 limone q.b. olio extravergine di oliva 4</p> <p>Pane comune 50 Frutta di stagione 100</p> <p>Kcal 531 Proteine % 17,1 Carboidrati % 54,8 Lipidi % 28,2 Proteine gr 22,7 Carboidrati gr 77,5 Lipidi gr 16,7</p>	<p>Pasta e lenticchie pasta corta di semola 40 lenticchie fresche 40 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Ricotta di vacca Ricotta di vacca omogeneizzata 60 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Bieta lessa bieta lessa 100 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 50 Frutta di stagione 100</p> <p>Kcal 510 Proteine % 13,0 Carboidrati % 55,8 Lipidi % 31,2 Proteine gr 16,6 Carboidrati gr 75,8 Lipidi gr 17,7</p>	<p>Passata di verdura con pasta pasta tipo corta 40 fagiolini, zucchine 40 carote, pomodoro 40 olio extravergine di oliva 4</p> <p>Frittata di spinaci al forno Uova 40 spinaci 50 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Fagiolini al limone fagiolini 100 succo di limone q.b. olio extravergine di oliva 4</p> <p>Pane comune 50 Frutta di stagione 100</p> <p>Kcal 538 Proteine % 14,0 Carboidrati % 55,9 Lipidi % 30,2 Proteine gr 18,8 Carboidrati gr 80,1 Lipidi gr 18,0</p>

SCUOLA INFANZIA- QUARTA SETTIMANA autunno- inverno

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<p>Orecchiette con pomodoro pasta tipo orecchiette 40 pomodoro 50 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Platessa al pomodoro filetto di platessa 60 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Fagiolini al vapore Fagiolini 100 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 50 Frutta di stagione 100</p> <p>Kcal 594 Proteine % 12,9 Carboidrati % 54,0 Lipidi % 33,0 Proteine gr 19,0 Carboidrati gr 85,0 Lipidi gr 22,0</p>	<p>Risotto con i carciofi Olio extravergine di oliva 40 carciofi 50 parmigiano grattugiato 5 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Stracchino stracchino 50</p> <p>insalata mista lattuga 80 pomodori 25 carote 25 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 50 Frutta di stagione 100</p> <p>Kcal 575 Proteine % 15,0 Carboidrati % 50,0 Lipidi % 35,0 Proteine gr 21,5 Carboidrati gr 77,2 Lipidi gr 22,2</p>	<p>Passato di verdure con pasta pasta corta di semola 50 fagiolini, zucchine 40 carote, pomodoro 40 olio extravergine di oliva 4</p> <p>Arista di maiale al forno carrè di maiale dissossato 50 carote 20 olio extra vergine di oliva 5</p> <p>Scarola al vapore scarola al naturale 80 olio extravergine di oliva 4</p> <p>Pane comune 50 Frutta di stagione 100</p> <p>Kcal 552 Proteine % 15,2 Carboidrati % 55,8 Lipidi % 29,0 Proteine gr 21 Carboidrati gr 82 Lipidi gr 18</p>	<p>Pasta al pomodoro e basilico pasta corta di semola 50 pomodori pelati 20 olio extravergine di oliva 4 parmigiano grattugiato 4</p> <p>Petto di tacchino al limone petto di tacchino 50 succo di limone q.b. olio extra vergine di oliva 4</p> <p>Carote al naturale carote 60 olio extravergine di oliva 4</p> <p>Pane comune 50 Frutta di stagione 100</p> <p>Kcal 568 Proteine % 16,5 Carboidrati % 56,7 Lipidi % 26,8 Proteine gr 23,4 Carboidrati gr 85,9 Lipidi gr 16,9</p>	<p>Pasta con piselli pasta corta di semola 60 piselli surgelati 30 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Prosciutto cotto prosciutto cotto magro 40</p> <p>Carciofi stufati carciofi olio extravergine di oliva 6</p> <p>Pane comune 50 Frutta di stagione 100</p> <p>Kcal 564 Proteine % 15,1 Carboidrati % 52,8 Lipidi % 31,2 Proteine gr 21,3 Carboidrati gr 79,4 Lipidi gr 20</p>



SCUOLA INFANZIA - PRIMA SETTIMANA primavera-estate

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Riso alla parmigiana riso 50 parmigiano 5 olio extravergine di oliva 5 Petto di pollo alle erbe aromatiche petto di pollo 50 olio extravergine di oliva 5 erbe aromatiche q.b.	Pasta e fagioli pasta di semola corta 40 fagioli freschi 40 olio extravergine di oliva 4 pomodoro-passata 30 Ricotta di vacca ricotta di mucca 50	Pasta al pomodoro e basilico pasta corta di semola 50 pomodoro pelati 40 olio extravergine di oliva 4 Scaloppina al pomodoro vitello, carne magra 50 pomodori pelati 50 olio extravergine di oliva 5 Fagiolini all'insalata fagiolini 70 olio extravergine di oliva 4	Pasta e patate pasta corta di semola 30 patate 40 olio extravergine di oliva 5 Sogliola in umido filetto di sogliola 70 olio extravergine di oliva 5 Carote al naturale carote 80 olio extravergine di oliva 5	Passato di verdure con pasta pasta corta di semola 40 fagiolini, zucchini(cadauno) 40 carote, pomodoro(cadauno) 40 olio extravergine di oliva 5 Prosciutto cotto prosciutto cotto magro 50
Patate al forno patate 50 olio extravergine di oliva 4 Pane comune 50 Frutta di stagione 100	Insalata verde insalata verde 60 olio extravergine di oliva 5 Pane comune 50 Frutta di stagione 100	Kcal 560 Proteine % 15,4 Carboidrati % 52,1 Lipidi % 25,3 Proteine gr 22,2 Carboidrati gr 88 Lipidi gr 15,8	Kcal 537 Proteine % 16,0 Carboidrati % 54,8 Lipidi % 29,1 Proteine gr 21,5 Carboidrati gr 78,6 Lipidi gr 17,4	Kcal 500 Proteine % 18,1 Carboidrati % 57,5 Lipidi % 24,5 Proteine gr 22,7 Carboidrati gr 76,7 Lipidi gr 13,6

SCUOLA INFANZIA - SECONDA SETTIMANA primavera-estate

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Gnocchetti al pomodoro pasta di semola tipo gnocchetti 50 pomodoro pelati 50 parmigiano gratt. 5 olio extravergine di oliva 5 Ricotta di vacca Ricotta di vacca 60	Riso con piselli riso 30 piselli surgelati 30 olio extravergine di oliva 5 Cosce di pollo cosce di pollo dissossate 50 olio extravergine di oliva 5 Carciofi stufati cuori di carciofi 80 olio extravergine di oliva 5	Farfalle pomodoro e parmigiano pasta tipo farfalle 50 pomodoro pelati 40 olio extravergine di oliva 5 Scaloppine al limone vitello in fettine 60 farina q.b. olio extravergine di oliva 5 succo di limone a.b. Spinaci in padella Spinaci 80 olio extravergine di oliva 5	pasta e ceci pasta, tipo corta 30 ceci freschi 50 olio extravergine di oliva 5 Sogliola al pomodoro filetto di sogliola 60,0 olio extravergine di oliva 5 pomodoro passato q.b. Pomodori all'insalata pomodori 100 olio extravergine di oliva 5 Pane comune 50 Frutta di stagione 100	Passato di verdure con riso riso 30 fagiolini, zucchini(cadauno) 40 carote, pomodoro(cadauno) 40 olio extravergine di oliva 5 Frittata di zucchini al forno uova 40 carciofi 40 zucchini 40 parmigiano 5 olio extravergine di oliva 5 piselli in tegame piselli surgelati 50 olio extravergine di oliva 4 Pane comune 50 Frutta di stagione 100
Kcal 569 Proteine % 13,2 Carboidrati % 56,2 Lipidi % 30,7 Proteine gr 18,8 Carboidrati gr 85,3 Lipidi gr 19,4	Kcal 550 Proteine % 15,2 Carboidrati % 55,8 Lipidi % 29,0 Proteine gr 20,9 Carboidrati gr 81,96 Lipidi gr 17,8	Kcal 576 Proteine % 16,9 Carboidrati % 54,7 Lipidi % 28,4 Proteine gr 24,0 Carboidrati gr 84,0 Lipidi gr 18,2	Kcal 514 Proteine % 16,7 Carboidrati % 52,7 Lipidi % 30,6 Proteine gr 21,4 Carboidrati gr 72,2 Lipidi gr 17,5	Kcal 512 Proteine % 12,4 Carboidrati % 55,5 Lipidi % 32,2 Proteine gr 15,9 Carboidrati gr 75,7 Lipidi gr 18,3

MENU' STANDARD adeguato alle " Linee di indirizzo della Regione Campania per la sicurezza Alimentare e Sicurezza Nutrizionale nella Ristorazione collettiva" CRiPAT. DD N.260 del 09/07/2021

MEDIA

542
16,5
56,0
27,4
22,3
80,8
16,5



SCUOLA INFANZIA - TERZA SETTIMANA primavera-estate

MENU' STANDARD adeguato alle " Linee di indirizzo della Regione Campania per la sicurezza Alimentare e Sicurezza Nutrizionale nella Ristorazione collettiva" CRIPAT, DD N.260 del 09/07/2021

MEDIA

536
15,1
56,4
28,6
20,2
80,4
17,0

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<p>Pasta con le zucchine pasta corta di semola 50 zucchine/ broccoli 50 parmigiano gratt. 5 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Prosciutto cotto Prosciutto cotto magro 40</p> <p>Carote al naturale Carote 80 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 50 Frutta di stagione 100</p>	<p>Riso al parmigiano riso parboiled 50 pomodori pelati 40 parmigiano grattugiato 5 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Spezzatino di tacchino con patate tacchino 60 patate 40 olio extravergine di oliva 6</p> <p>Pane comune 50 Frutta di stagione 100</p>	<p>Pasta con pomodoro pasta corta di semola 40 pomodoro 50 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Filetto di platessa in umido Filetto di platessa 50 pomodori pelati 50 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Zucchine in umido zucchine 80 limone q.b. olio extravergine di oliva 4</p> <p>Pane comune 50 Frutta di stagione 100</p>	<p>Pasta e lenticchie pasta corta di semola 40 lenticchie fresche 40 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Ricotta di vacca Ricotta di vacca omogeneizzata 60 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Bieta lessa bieta lessa 100 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 50 Frutta di stagione 100</p>	<p>Passata di verdura con pasta pasta tipo corta 40 fagiolini, zucchini 40 carote, pomodoro 40 olio extravergine di oliva 4</p> <p>Frittata di spinaci al forno Uova 40 spinaci 50 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Fagiolini al limone fagiolini 100 succo di limone q.b olio extravergine di oliva 4</p> <p>Pane comune 50 Frutta di stagione 100</p>
<p>Kcal 513 Proteine % 16,5 Carboidrati % 58,4 Lipidi % 25,2 Proteine gr 21,2 Carboidrati gr 79,8 Lipidi gr 14,3</p>	<p>Kcal 589 Proteine % 14,9 Carboidrati % 57,1 Lipidi % 28,1 Proteine gr 21,9 Carboidrati gr 89,0 Lipidi gr 18,4</p>	<p>Kcal 531 Proteine % 17,1 Carboidrati % 54,8 Lipidi % 28,2 Proteine gr 22,7 Carboidrati gr 77,5 Lipidi gr 16,7</p>	<p>Kcal 510 Proteine % 13,0 Carboidrati % 55,8 Lipidi % 31,2 Proteine gr 16,6 Carboidrati gr 75,8 Lipidi gr 17,7</p>	<p>Kcal 538 Proteine % 14,0 Carboidrati % 55,9 Lipidi % 30,2 Proteine gr 18,8 Carboidrati gr 80,1 Lipidi gr 18,0</p>

SCUOLA INFANZIA-QUARTA SETTIMANA primavera-estate

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<p>Orecchiette al pomodoro pasta tipo orecchiette 40 pomodoro 50 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Platessa al pomodoro filetto di platessa 60 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Fagiolini al vapore Fagiolini 100 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 50 Frutta di stagione 100</p>	<p>Risotto con i carciofi Olio extravergine di oliva 40 carciofi 50 pomodoro 5 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Stracchino Stracchino 50</p> <p>Insalata mista lattuga 80 pomodori 25 carote 25 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 50 Frutta di stagione 100</p>	<p>Passato di verdure con pasta pasta corta di semola 50 fagiolini, zucchini 40 carote, pomodoro 40 olio extravergine di oliva 4</p> <p>Arista di maiale al forno carrè di maiale dissossato 50 carote 20 olio extra vergine di oliva 5</p> <p>Zucchine al vapore zucchine 80 olio extravergine di oliva 4</p> <p>Pane comune 50 Frutta di stagione 100</p>	<p>Pasta al pomodoro e basilico pasta corta di semola 50 pomodori pelati 20 olio extravergine di oliva 4 parmigiano grattugiato 4</p> <p>Petto di tacchino al limone petto di tacchino 50 succo di limone q.b. olio extra vergine di oliva 4</p> <p>Carote al naturale carote 60 olio extravergine di oliva 4</p> <p>Pane comune 50 Frutta di stagione 100</p>	<p>Pasta con piselli pasta corta di semola 60 piselli surgelati 30 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Prosciutto cotto prosciutto cotto magro 40</p> <p>Pomodori all'insalata pomodori 100 olio extravergine di oliva 4</p> <p>Pane comune 50 Frutta di stagione 100</p>
<p>Kcal 594 Proteine % 12,9 Carboidrati % 54,0 Lipidi % 33,0 Proteine gr 19,0 Carboidrati gr 85,0 Lipidi gr 22,0</p>	<p>Kcal 575 Proteine % 15,0 Carboidrati % 50,0 Lipidi % 35,0 Proteine gr 21,5 Carboidrati gr 77,2 Lipidi gr 22,2</p>	<p>Kcal 552 Proteine % 15,2 Carboidrati % 55,8 Lipidi % 29,0 Proteine gr 21,0 Carboidrati gr 82 Lipidi gr 18</p>	<p>Kcal 568 Proteine % 15,2 Carboidrati % 56,7 Lipidi % 26,8 Proteine gr 23,4 Carboidrati gr 85,9 Lipidi gr 16,9</p>	<p>Kcal 564 Proteine % 15,1 Carboidrati % 52,8 Lipidi % 32,0 Proteine gr 21,2 Carboidrati gr 79,4 Lipidi gr 20</p>



SCUOLA PRIMARIA - PRIMA SETTIMANA autunno-inverno

MENU STANDARD adeguato alle " Linee di indirizzo della Regione Campania per la sicurezza Alimentare e Sicurezza Nutrizionale nella Ristorazione collettiva" CRIPAT. DD N.260 del 09/07/2021

MEDIA

684
16,4
57,9
25,8
27,8
105,5
19,6

SCUOLA PRIMARIA - SECONDA SETTIMANA autunno-inverno

MEDIA

676
15,4
57,7
26,1
104,1
20,2



LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'					
<p>Riso alla parmigiana riso 60 parmigiano 5 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Petto di pollo alle erbe aromatiche petto di pollo 70 olio extravergine di oliva 5 erbe aromatiche q. b.</p> <p>Patate al forno patate 50 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 691 Proteine % 16,8 Carboidrati % 59,5 Lipidi % 23,7 Proteine gr 29,0 Carboidrati gr 109,7 Lipidi gr 18,2</p>	<p>Pasta e fagioli pasta di semola corta 60 fagioli freschi 40 olio extravergine di oliva 5 pomodoro-passata 50</p> <p>Mozzarella di vacca Mozzarella di vacca 80 ricotta di vacca 100</p> <p>Insalata verde insalata verde 80 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 713 Proteine % 14,0 Carboidrati % 57,2 Lipidi % 28,9 Proteine gr 24,9 Carboidrati gr 108,74 Lipidi gr 22,9</p>	<p>Pasta al pomodoro e basilico pasta corta di semola 60 pomodoro pelati 40 parmigiano 5 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Scaloppina al pomodoro vitello, carne magra 60 pomodori pelati 50 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Broccoletti in padella broccoli di rapa 120 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 693 Proteine % 17,3 Carboidrati % 57,3 Lipidi % 25,4 Proteine gr 29,0 Carboidrati gr 106,0 Lipidi gr 19,5</p>	<p>Pasta e patate pasta corta di semola 40 patate 40 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Sogliola in umido filetto di sogliola 90 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Carote al naturale carote 100 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 643 Proteine % 17,0 Carboidrati % 57,8 Lipidi % 25,1 Proteine gr 27,4 Carboidrati gr 99,1 Lipidi gr 18,0</p>	<p>Passato di verdure con pasta pasta corta di semola 60 fagiolini, zucchini (cadauno) 50 carote, pomodoro (cadauno) 50 olio extravergine di oliva 8</p> <p>Prosciutto cotto prosciutto cotto magro 60 prosciutto crudo magro 60</p> <p>Insalata di verdure miste lattuga 80 pomodori 50 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 679 Proteine % 16,8 Carboidrati % 57,5 Lipidi % 25,8 Proteine gr 28,5 Carboidrati gr 104,0 Lipidi gr 19,5</p>	<p>Gnocchetti al pomodoro pasta di semola tipo gnocchetti 60 pomodoro pelati 50 parmigiano gratt. 5 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Ricotta di vacca Ricotta di vacca 90 mozzarella di vacca 80</p> <p>Bietta al vapore bietta 120 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 699 Proteine % 13,8 Carboidrati % 56,7 Lipidi % 29,5 Proteine gr 24,2 Carboidrati gr 105,8 Lipidi gr 23,0</p>	<p>Riso con piselli riso 50 piselli surgelati 45 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Cosce di pollo al forno cosce di pollo dissossato 60 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Broccoletti al limone broccoli di rapa 100 olio extravergine di oliva 5 succo di limone q. b.</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 643 Proteine % 15,8 Carboidrati % 58,6 Lipidi % 25,6 Proteine gr 25,4 Carboidrati gr 100,46 Lipidi gr 18,3</p>	<p>Farfalle pomodoro e parmigiano pasta tipo farfalle 60 pomodoro pelati 50 parmigiano 5 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Scaloppine al limone vitello in fettine 60 farina q. b. olio extravergine di oliva 5 succo di limone a. b.</p> <p>Spinaci in padella spinaci 120 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 697 Proteine % 16,9 Carboidrati % 57,5 Lipidi % 25,5 Proteine gr 29,5 Carboidrati gr 107,0 Lipidi gr 19,7</p>	<p>pasta e ceci pasta, tipo corta 50 ceci freschi 50 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Sogliola al pomodoro filetto di sogliola 80,0 olio extravergine di oliva 5 pomodoro passato q. b.</p> <p>Insalata bietta lessa 120 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 671 Proteine % 17,7 Carboidrati % 57,3 Lipidi % 25,0 Proteine gr 29,7 Carboidrati gr 102,5 Lipidi gr 18,6</p>	<p>Passato di verdure con riso riso 50 fagiolini, zucchini (cadauno) 50 carote, pomodoro (cadauno) 50 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Frittata di zucchini al forno uova 60 carciofi 100 zucchine 100 parmigiano 5 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Piselli in tegame piselli surgelati 50 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 676 Proteine % 15,4 Carboidrati % 58,4 Lipidi % 26,8 Proteine gr 21,8 Carboidrati gr 104,5 Lipidi gr 21,4</p>
<p>Gnocchetti al pomodoro pasta di semola tipo gnocchetti 60 pomodoro pelati 50 parmigiano gratt. 5 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Ricotta di vacca Ricotta di vacca 90 mozzarella di vacca 80</p> <p>Bietta al vapore bietta 120 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 699 Proteine % 13,8 Carboidrati % 56,7 Lipidi % 29,5 Proteine gr 24,2 Carboidrati gr 105,8 Lipidi gr 23,0</p>	<p>Riso con piselli riso 50 piselli surgelati 45 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Cosce di pollo al forno cosce di pollo dissossato 60 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Broccoletti al limone broccoli di rapa 100 olio extravergine di oliva 5 succo di limone q. b.</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 643 Proteine % 15,8 Carboidrati % 58,6 Lipidi % 25,6 Proteine gr 25,4 Carboidrati gr 100,46 Lipidi gr 18,3</p>	<p>Farfalle pomodoro e parmigiano pasta tipo farfalle 60 pomodoro pelati 50 parmigiano 5 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Scaloppine al limone vitello in fettine 60 farina q. b. olio extravergine di oliva 5 succo di limone a. b.</p> <p>Spinaci in padella spinaci 120 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 697 Proteine % 16,9 Carboidrati % 57,5 Lipidi % 25,5 Proteine gr 29,5 Carboidrati gr 107,0 Lipidi gr 19,7</p>	<p>pasta e ceci pasta, tipo corta 50 ceci freschi 50 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Sogliola al pomodoro filetto di sogliola 80,0 olio extravergine di oliva 5 pomodoro passato q. b.</p> <p>Insalata bietta lessa 120 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 671 Proteine % 17,7 Carboidrati % 57,3 Lipidi % 25,0 Proteine gr 29,7 Carboidrati gr 102,5 Lipidi gr 18,6</p>	<p>Passato di verdure con riso riso 50 fagiolini, zucchini (cadauno) 50 carote, pomodoro (cadauno) 50 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Frittata di zucchini al forno uova 60 carciofi 100 zucchine 100 parmigiano 5 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Piselli in tegame piselli surgelati 50 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 676 Proteine % 15,4 Carboidrati % 58,4 Lipidi % 26,8 Proteine gr 21,8 Carboidrati gr 104,5 Lipidi gr 21,4</p>					

SCUOLA PRIMARIA - TERZA SETTIMANA autunno-inverno

MENU' STANDARD adeguato alle " Linee di indirizzo della Regione Campania per la sicurezza Alimentare e Sicurezza Nutrizionale nella Ristorazione collettiva" CRIPAT. DD N.260 del 09/07/2021

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<p>Pasta con le zucchini pasta corta di semola 60 zucchine/ broccoli 50 parmigiano gratt. 5 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Prosciutto cotto Prosciutto cotto magro 60 <i>Prosciutto crudo magro</i> 60</p> <p>Carote al naturale Carote 80 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p>	<p>Riso al parmigiano riso parboiled 60 pomodori pelati 40 parmigiano grattugiato 5 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Spezzatino di tacchino con patate tacchino 50 patate 50 olio extravergine di oliva 8</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p>	<p>Pasta con la zucca pasta corta di semola 60 zucca 50 parmigiano 5 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Filetto di platessa in umido Filetto di platessa 70 pomodori pelati 50 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Broccoletti al limone broccoli 100 limone q.b. olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p>	<p>Pasta e lenticchie pasta corta di semola 40 lenticchie fresche 60 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Ricotta di vacca Ricotta di vacca omogeneizzata 100</p> <p>Bieta lessa bieta lessa 120 olio extravergine di oliva 6</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p>	<p>Passata di verdura con pasta pasta tipo corta 60 fagiolini, zucchini 40 carote, pomodoro 40 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Frittata di spinaci al forno Uova 60 spinaci 50 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Fagiolini al limone fagiolini 100 succo di limone q.b. olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p>
<p>Kcal 657 Proteine % 17,6 Carboidrati % 61,0 Lipidi % 21,4 Proteine gr 28,9 Carboidrati gr 107,0 Lipidi gr 15,6</p>	<p>Kcal 718 Proteine % 15,3 Carboidrati % 57,7 Lipidi % 27,0 Proteine gr 27,5 Carboidrati gr 110,4 Lipidi gr 216,0</p>	<p>Kcal 687 Proteine % 17,5 Carboidrati % 57,2 Lipidi % 25,5 Proteine gr 30,0 Carboidrati gr 104,7 Lipidi gr 19,4</p>	<p>Kcal 697 Proteine % 13,5 Carboidrati % 53,7 Lipidi % 32,8 Proteine gr 23,6 Carboidrati gr 99,7 Lipidi gr 25,4</p>	<p>Kcal 699 Proteine % 14,1 Carboidrati % 57,4 Lipidi % 27,0 Proteine gr 24,6 Carboidrati gr 106,9 Lipidi gr 22,2</p>

MEDIA
692
15,6
57,4
27,0
26,9
105,7
59,7

SCUOLA PRIMARIA - QUARTA SETTIMANA autunno-inverno

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<p>Orecchiette con pomodoro pasta tipo orecchiette 60 pomodoro 50 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Platessa al pomodoro filetto di platessa 80 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Fagiolini al vapore Fagiolini 100 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p>	<p>Risotto con i carciofi riso tipo parboiled 50 carciofi 50 pomodoro 10 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Mozzarella di vacca mozzarella 100 ricotta di vacca 100</p> <p>Insalata mista lattuga 100 pomodori 25 carote 25 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p>	<p>Passato vi verdure con pasta pasta corta di semola 60 fagiolini, zucchini 60 carote, pomodoro 60 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Arista di maiale al forno carrè di maiale dissossato 60 carote 30 olio extra vergine di oliva 5</p> <p>Scarola ripassata scarola 120 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p>	<p>Pata al pomodoro e basilico pasta corta di semola 60 pomodori pelati 60 olio extravergine di oliva 5 parmigiano grattugiato 5</p> <p>Petto di tacchino al limone petto di tacchino 70 succo di limone q.b. olio extra vergine di oliva 5</p> <p>Carote al naturale carote 100 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p>	<p>Pasta con piselli pasta corta di semola 50 piselli surgelati 50 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Prosciutto cotto prosciutto cotto magro 60 <i>Prosciutto crudo magro</i> 60</p> <p>Carciofi stufati carciofi 150 olio extravergine di oliva 6</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p>
<p>Kcal 673 Proteine % 17,9 Carboidrati % 58,1 Lipidi % 24,2 Proteine gr 30,1 Carboidrati gr 104,4 Lipidi gr 18,1</p>	<p>Kcal 705 Proteine % 14,4 Carboidrati % 53,7 Lipidi % 31,9 Proteine gr 25,5 Carboidrati gr 101 Lipidi gr 25</p>	<p>Kcal 699 Proteine % 16,5 Carboidrati % 56,9 Lipidi % 26,9 Proteine gr 28,74 Carboidrati gr 105,7 Lipidi gr 20,87</p>	<p>Kcal 711 Proteine % 17,4 Carboidrati % 55,1 Lipidi % 27,4 Proteine gr 31 Carboidrati gr 105 Lipidi gr 21,6</p>	<p>Kcal 665 Proteine % 17,0 Carboidrati % 57,7 Lipidi % 23,5 Proteine gr 30 Carboidrati gr 102,3 Lipidi gr 17,32</p>



SCUOLA PRIMARIA - PRIMA SETTIMANA primavera-estate

MENU' STANDARD adeguato alle " Linee di indirizzo della Regione Campania per la sicurezza Alimentare e Sicurezza Nutrizionale nella Ristorazione collettiva" CRIPAT. DD N.260 del 09/07/2021

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<p>Riso alla parmigiana riso 60 parmigiano 5 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Petto di pollo alle carote petto di pollo 70 olio extravergine di oliva 5 carote 30</p> <p>Patate al forno patate 50 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 691 Proteine % 16,8 Carboidrati % 59,5 Lipidi % 23,7 Proteine gr 29,0 Carboidrati gr 109,7 Lipidi gr 18,2</p>	<p>Pasta e fagioli. pasta di semola corta 60 fagioli freschi 40 olio extravergine di oliva 5 pomodoro-passata 50</p> <p>Mozzarella di vacca Mozzarella di vacca 80 ricotta di vacca 100</p> <p>Insalata verde insalata verde 80 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 713 Proteine % 14,0 Carboidrati % 57,2 Lipidi % 28,9 Proteine gr 24,9 Carboidrati gr 108,74 Lipidi gr 22,9</p>	<p>Pasta al pomodoro e basilico pasta corta di semola 60 pomodoro pelati 40 parmigiano 5 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Scaloppina al pomodoro vitello, carne magra 60 pomodori pelati 50 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Fagiolini all'insalata fagiolini 120 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 693 Proteine % 17,3 Carboidrati % 57,3 Lipidi % 25,4 Proteine gr 29,0 Carboidrati gr 106,0 Lipidi gr 19,5</p>	<p>Pasta e patate pasta corta di semola 40 patate 40 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Sogliola in umido filetto di sogliola 90 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Carote al naturale carote 100 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 643 Proteine % 17,0 Carboidrati % 57,8 Lipidi % 25,1 Proteine gr 27,4 Carboidrati gr 99,1 Lipidi gr 18,0</p>	<p>Passato di verdure con pasta pasta corta di semola 60 fagiolini, zucchini(cadauno) 50 carote, pomodoro(cadauno) 50 olio extravergine di oliva 8</p> <p>Prosciutto cotto prosciutto cotto magro 60 prosciutto crudo magro 60</p> <p>Insalata di verdure miste lattuga 80 pomodori 50 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 679 Proteine % 16,8 Carboidrati % 57,5 Lipidi % 25,8 Proteine gr 28,5 Carboidrati gr 104,0 Lipidi gr 19,5</p>

MEDIA
684
16,4
57,9
25,8
27,8
105,5
19,6

SCUOLA PRIMARIA - SECONDA SETTIMANA primavera-estate

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<p>Gnocchetti al pomodoro pasta di semola tipo gnocchetti 60 pomodoro pelati 50 parmigiano gratt. 5 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Ricotta di vacca Ricotta di vacca 90 mozzarella di vacca 80</p> <p>Zucchine al vapore zucchine al naturale 120 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 699 Proteine % 13,8 Carboidrati % 56,7 Lipidi % 29,5 Proteine gr 24,2 Carboidrati gr 105,7 Lipidi gr 23,0</p>	<p>Riso con piselli riso 50 piselli surgelati 45 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Cosce di pollo al forno cosce di pollo dissossato 60 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Carciofi stufati cuori di carciofi 100 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 643 Proteine % 15,8 Carboidrati % 58,6 Lipidi % 25,6 Proteine gr 25,4 Carboidrati gr 100,46 Lipidi gr 18,3</p>	<p>Farfalle pomodoro e parmigiano pasta tipo farfalle 60 pomodoro pelati 50 parmigiano 5 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Scaloppine al limone vitello in fettine 60 farina q.b. olio extravergine di oliva 5 succo di limone a.b.</p> <p>Spinaci in padella spinaci 70 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 697 Proteine % 16,9 Carboidrati % 57,5 Lipidi % 25,5 Proteine gr 29,5 Carboidrati gr 107,0 Lipidi gr 19,7</p>	<p>pasta e ceci pasta, tipo corta 50 ceci freschi 50 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Sogliola al pomodoro filetto di sogliola 80,0 pomodoro passato q.b.</p> <p>Pomodori all'insalata pomodori 120 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 671 Proteine % 17,7 Carboidrati % 57,3 Lipidi % 25,0 Proteine gr 29,7 Carboidrati gr 102,5 Lipidi gr 18,6</p>	<p>Passato di verdure con riso riso 50 fagiolini, zucchini(cadauno) 50 carote, pomodoro(cadauno) 50 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Frittata di zucchini al forno uova 60 carciofi 100 zucchine 100 parmigiano 5 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Piselli in tegame piselli surgelati 50 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 676 Proteine % 15,4 Carboidrati % 58,4 Lipidi % 26,8 Proteine gr 21,8 Carboidrati gr 104,0 Lipidi gr 21,4</p>



SCUOLA PRIMARIA - TERZA SETTIMANA primavera-estate

MENU STANDARD adeguato alle " Linee di indirizzo della Regione Campania per la sicurezza Alimentare e Sicurezza Nutrizionale nella Ristorazione collettiva" CRIPAT. DD N.260 del 09/07/2021

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<p>Pasta con le zucchine pasta corta di semola 60 zucchine/ broccoli 50 parmigiano gratt. 5 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Prosciutto cotto Prosciutto cotto magro 60 <i>Prosciutto crudo magro</i> 60</p> <p>Carote al naturale Carote 80 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p>Kcal 657 Proteine % 17,6 Carboidrati % 61,0 Lipidi % 21,4 Proteine gr 28,9 Carboidrati gr 107,0 Lipidi gr 15,6</p>	<p>Riso al parmigiano riso parboiled 60 pomodori pelati 40 parmigiano grattugiato 5 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Spezzatino di tacchino con patate tacchino 50 patate 50 olio extravergine di oliva 8</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p>Kcal 718 Proteine % 15,3 Carboidrati % 57,7 Lipidi % 27,0 Proteine gr 27,5 Carboidrati gr 110,4 Lipidi gr 216,0</p>	<p>Pasta con pomodoro pasta corta di semola 60 pomodoro 50 parmigiano 5 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Filetto di platessa in umido Filetto di platessa 70 pomodori pelati 50 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Zucchine in umido zucchine 100 limone q.b. olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p>Kcal 687 Proteine % 17,5 Carboidrati % 57,2 Lipidi % 25,5 Proteine gr 30,0 Carboidrati gr 104,7 Lipidi gr 19,4</p>	<p>Pasta e lenticchie. pasta corta di semola 40 lenticchie fresche 60 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Ricotta di vacca Ricotta di vacca omogeneizzata 100</p> <p>Bieta lessa bieta lessa 120 olio extravergine di oliva 6</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p>Kcal 697 Proteine % 13,5 Carboidrati % 53,7 Lipidi % 32,8 Proteine gr 24,6 Carboidrati gr 99,7 Lipidi gr 25,4</p>	<p>Passata di verdura con pasta pasta tipo corta 60 fagiolini, zucchini 40 carote, pomodoro 40 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Frittata di spinaci al forno Uova 60 spinaci 50 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Fagiolini al limone fagiolini 100 succo di limone q.b. olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p>Kcal 699 Proteine % 14,1 Carboidrati % 57,4 Lipidi % 28,5 Proteine gr 24,6 Carboidrati gr 106,9 Lipidi gr 22,2</p>
MEDIA				

SCUOLA PRIMARIA - QUARTA SETTIMANA primavera-estate

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<p>Orecchiette con i broccoli pasta tipo orecchiette 60 pomodoro 50 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Platessa al pomodoro filetto di platessa 80 olio extravergine di oliva 5 pomodor q.b.</p> <p>Fagiolini al vapore Fagiolini 100 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p>Kcal 673 Proteine % 17,9 Carboidrati % 58,1 Lipidi % 24,2 Proteine gr 30,1 Carboidrati gr 104,4 Lipidi gr 18,1</p>	<p>Risotto con i carciofi riso tipo parboiled 50 carciofi 50 parmigiano grattugiato 10 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Mozzarella di vacca mozzarella 100 ricotta di vacca 100</p> <p>Insalata mista lattuga 100 pomodori 25 carote 25 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p>Kcal 705 Proteine % 14,4 Carboidrati % 53,7 Lipidi % 31,9 Proteine gr 25,5 Carboidrati gr 101 Lipidi gr 25</p>	<p>Passato vi verdure con pasta pasta corta di semola 60 fagiolini, zucchini 60 carote, pomodoro 60 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Arista di maiale al forno carrè di maiale dissossato 60 carote 30 olio extra vergine di oliva 5</p> <p>Zucchine al vapore zucchine 120 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p>Kcal 699 Proteine % 16,5 Carboidrati % 56,7 Lipidi % 26,9 Proteine gr 28,74 Carboidrati gr 105,7 Lipidi gr 20,87</p>	<p>Pata al pomodoro e basilico. pasta corta di semola 60 pomodori pelati 60 olio extravergine di oliva 5 parmigiano grattugiato 5</p> <p>Petto di tacchino al limone petto di tacchino 70 succo di limone q.b. olio extra vergine di oliva 5</p> <p>Carote al naturale carote 100 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p>Kcal 711 Proteine % 17,4 Carboidrati % 55,1 Lipidi % 27,4 Proteine gr 31 Carboidrati gr 105 Lipidi gr 21,6</p>	<p>Pasta con piselli pasta corta di semola 50 piselli surgelati 50 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Prosciutto cotto prosciutto cotto magro 60 <i>Prosciutto crudo magro</i> 60</p> <p>Pomodori all'insalata pomodori 150 olio extravergine di oliva 6</p> <p>Pane comune 60 Frutta di stagione 150</p> <p>Kcal 665 Proteine % 18,9 Carboidrati % 57,7 Lipidi % 23,5 Proteine gr 30 Carboidrati gr 102,3 Lipidi gr 17,32</p>
MEDIA				



SCUOLA SECONDARIA 1°GRADO - PRIMA SETTIMANA autunno- inverno

MENU' STANDARD adeguato alle " Linee di indirizzo della Regione Campania per la sicurezza Alimentare e Sicurezza Nutrizionale nella Ristorazione collettiva" CRiPAT. DD N.260 del 09/07/2021

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<p><u>Riso alla parmigiana</u> riso 70 parmigiano 5 olio extravergine di oliva 5</p> <p><u>Petto di pollo alle erbe aromatiche</u> petto di pollo 100 olio extravergine di oliva 7 erbe aromatiche q.b.</p> <p><u>Patate al forno</u> patate 90 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 873 Proteine % 18,1 Carboidrati % 60,2 Lipidi % 21,7 Proteine gr 39,5 Carboidrati gr 140,13 Lipidi gr 21,1</p>	<p><u>Pasta e fagioli.</u> pasta di semola corta 70 fagioli freschi 70 olio extravergine di oliva 10 pomodoro-passata 50 parmigiano 10</p> <p><u>Ricotta di vacca</u> ricotta di vacca 120</p> <p><u>Insalata verde</u> insalata verde 100 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 934 Proteine % 14,7 Carboidrati % 53,2 Lipidi % 32,2 Proteine gr 34,3 Carboidrati gr 132,38 Lipidi gr 33,4</p>	<p><u>Pasta al pomodoro e basilico</u> pasta corta di semola 80 pomodoro pelati 50 olio extravergine di oliva 4 parmigiano 10</p> <p><u>Scaloppina al pomodoro</u> vitello, carne magra 80 pomodori pelati 50 olio extravergine di oliva 5</p> <p><u>Broccoletti</u> broccoli di rapa 100 olio extravergine di oliva 4</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 878 Proteine % 18,1 Carboidrati % 57,4 Lipidi % 24,4 Proteine gr 39,8 Carboidrati gr 134,5 Lipidi gr 23,8</p>	<p><u>Pasta e patate</u> pasta corta di semola 70 patate 60 olio extravergine di oliva 8</p> <p><u>Sogliola in umido</u> filetto di sogliola 100 olio extravergine di oliva 57</p> <p><u>Carote al naturale</u> carote 120 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 883 Proteine % 15,7 Carboidrati % 60,0 Lipidi % 24,3 Proteine gr 34,7 Carboidrati gr 141,2 Lipidi gr 23,8</p>	<p><u>Passato di verdure con pasta</u> pasta corta di semola 80 fagiolini,zucchine(cadauno) 60 carote, pomodoro(cadauno) 60 olio extravergine di oliva 10</p> <p><u>Prosciutto cotto.</u> prosciutto cotto magro 80</p> <p><u>Insalata di verdure miste</u> lattuga 100 pomodori 60 olio extravergine di oliva 10</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 500 Proteine % 18,1 Carboidrati % 57,5 Lipidi % 24,5 Proteine gr 22,7 Carboidrati gr 76,7 Lipidi gr 13,6</p>
MEDIA				
814 16,9 57,7 25,4 34,2 125,0 23,1				

SCUOLA SECONDARIA 1°GRADO - SECONDA SETTIMANA autunno- inverno

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<p><u>Gnocchetti al pomodoro</u> pasta di semola tipo gnocchetti 80 pomodoro pelati 50 parmigiano gratt. 5 olio extravergine di oliva 10</p> <p><u>Certosino</u> Certosino 120</p> <p><u>Bieta ripassata</u> bieta 150 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 1041 Proteine % 14,0 Carboidrati % 48,1 Lipidi % 37,9 Proteine gr 36,5 Carboidrati gr 133,0 Lipidi gr 43,9</p>	<p><u>Riso con piselli</u> riso 80 piselli surgelati 50 olio extravergine di oliva 7</p> <p><u>Cosce di pollo al forno.</u> cosce di pollo dissostato 100 olio extravergine di oliva 7</p> <p><u>Carciofi stufati</u> cuori di carciofi 120 olio extravergine di oliva 6</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 893 Proteine % 16,7 Carboidrati % 58,1 Lipidi % 25,2 Proteine gr 37,3 Carboidrati gr 138,42 Lipidi gr 25,0</p>	<p><u>Farfalle pomodoro e parmigiano</u> pasta tipo farfalle 80 pomodoro pelati 50 parmigiano 5 olio extravergine di oliva 7</p> <p><u>Scaloppine al limone</u> vitello in fettine 100 farina q.b. olio extravergine di oliva 7 succo di limone a.b.</p> <p><u>Spinaci in padella</u> spinaci 80 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 908 Proteine % 18,7 Carboidrati % 56,3 Lipidi % 25,0 Proteine gr 42,3 Carboidrati gr 136,4 Lipidi gr 25,2</p>	<p><u>pasta e ceci.</u> pasta, tipo corta 70 ceci freschi 60 olio extravergine di oliva 7</p> <p><u>Sogliola al pomodoro</u> filetto di sogliola 100 olio extravergine di oliva 7 pomodoro passato q.b.</p> <p><u>Insalata verde</u> insalata verde 80 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 884 Proteine % 17,5 Carboidrati % 57,2 Lipidi % 25,2 Proteine gr 38,6 Carboidrati gr 134,8 Lipidi gr 24,8</p>	<p><u>Passato di verdure con riso</u> riso 70 fagiolini,zucchine(cadauno) 50 carote, pomodoro(cadauno) 50 olio extravergine di oliva 7</p> <p><u>Frittata di spinaci al forno</u> uova 90 spinaci 40 parmigiano 20 olio extravergine di oliva 5</p> <p><u>Piselli in tegame</u> piselli surgelati 80 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p> <p style="text-align: right;">Kcal 890 Proteine % 13,4 Carboidrati % 57,1 Lipidi % 29,6 Proteine gr 29,8 Carboidrati gr 135,4 Lipidi gr 29,2</p>
MEDIA				
923 16,1 55,4 28,6 36,9 135,6 29,6				



SCUOLA SECONDARIA 1°GRADO - TERZA SETTIMANA autunno- inverno

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<p>Pasta con cavolo cappuccio pasta corta di semola 80 cavolo cappuccio 50 parmigiano gratt. 6 olio extravergine di oliva 9</p> <p>Prosciutto cotto Prosciutto cotto magro 70 prosciutto crudo magro 70</p> <p>olio extravergine di oliva 10</p> <p>Carote al naturale Carote 120</p> <p>olio extravergine di oliva 10</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p>	<p>Riso al parmigiano riso parboiled 70 pomodori pelati 50 parmigiano grattugiato 5 olio extravergine di oliva 10</p> <p>Spezzatino di tacchino con patate tacchino 100 patate 90 olio extravergine di oliva 10</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p>	<p>Pasta con la zucca pasta corta di semola 80 zucca 50 olio extravergine di oliva 7 parmigiano grattugiato 5</p> <p>Filetto di platessa in umido Filetto di platessa 100 pomodori pelati 50 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Broccoletti al limone broccoli 120 limone q.b. olio extravergine di oliva 6</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p>	<p>Pasta e lenticchie pasta corta di semola 60 lenticchie fresche 40 olio extravergine di oliva 8</p> <p>Ricotta di vacca Ricotta di vacca omogeneizzata 120</p> <p>Bieta lessa bieta lessa 120 olio extravergine di oliva 8</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p>	<p>Passata di verdura con pasta pasta tipo corta 80 fagiolini, zucchine 60 carote, pomodoro 60 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Frittata di spinaci al forno Uova 80 spinaci 100 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Fagiolini al limone fagiolini 150 succo di limone q.b. olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p>
<p>Kcal 902 Proteine % 17,5 Carboidrati % 57,3 Lipidi % 25,1 Proteine gr 39,5 Carboidrati gr 138,0 Lipidi gr 25,2</p>	<p>Kcal 910 Proteine % 15,1 Carboidrati % 57,1 Lipidi % 27,8 Proteine gr 34,3 Carboidrati gr 138,6 Lipidi gr 28,1</p>	<p>Kcal 886 Proteine % 17,8 Carboidrati % 56,6 Lipidi % 29,6 Proteine gr 39,5 Carboidrati gr 133,6 Lipidi gr 25,3</p>	<p>Kcal 946 Proteine % 14,9 Carboidrati % 55,6 Lipidi % 29,6 Proteine gr 35,2 Carboidrati gr 140,1 Lipidi gr 31,1</p>	<p>Kcal 920 Proteine % 14,8 Carboidrati % 57,1 Lipidi % 28,1 Proteine gr 34,1 Carboidrati gr 139,9 Lipidi gr 28,7</p>

SCUOLA SECONDARIA 1°GRADO - QUARTA SETTIMANA autunno- inverno

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<p>Orecchiette con i broccoli pasta tipo orecchiette 80 broccoli 70 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Platessa al pomodoro filetto di platessa 100 olio extravergine di oliva 7 passata di pomodoro q.b.</p> <p>Fagiolini al vapore Fagiolini 150 olio extravergine di oliva 6</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p>	<p>Risotto con i carciofi riso tipo parboiled 80 carciofi 100 parmigiano grattugiato 5 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Mozzarella di vacca mozzarella 100</p> <p>Insalata mista lattuga 100 pomodori 50 carote 50 olio extravergine di oliva 6</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p>	<p>Passato di verdure con pasta pasta corta di semola 80 fagiolini, zucchine 60 carote, pomodoro 60 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Arista di maiale al forno carré di maiale dissossato 80 carote 40 olio extra vergine di oliva 7</p> <p>Scarola in padella scarola 120 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p>	<p>Patata al pomodoro e basilico pasta corta di semola 70 pomodori pelati 60 olio extravergine di oliva 7 parmigiano grattugiato 5</p> <p>Petto di tacchino al limone petto di tacchino 90 succo di limone q.b. olio extra vergine di oliva 7</p> <p>Carote al naturale carote 150 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p>	<p>Pasta con piselli pasta corta di semola 70 piselli surgelati 50 olio extravergine di oliva 8</p> <p>Prosciutto cotto prosciutto cotto magro 70</p> <p>Carciofi stufati carciofi 120 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p>
<p>Kcal 873 Proteine % 17,9 Carboidrati % 57,7 Lipidi % 24,6 Proteine gr 39,0 Carboidrati gr 134,5 Lipidi gr 23,9</p>	<p>Kcal 987 Proteine % 15,8 Carboidrati % 51,9 Lipidi % 32,4 Proteine gr 38,9 Carboidrati gr 137 Lipidi gr 35,5</p>	<p>Kcal 906 Proteine % 17,1 Carboidrati % 56,2 Lipidi % 26,7 Proteine gr 38,71 Carboidrati gr 135,7 Lipidi gr 26,9</p>	<p>Kcal 882 Proteine % 16,9 Carboidrati % 56,8 Lipidi % 26,1 Proteine gr 37,3 Carboidrati gr 134 Lipidi gr 25,6</p>	<p>Kcal 815 Proteine % 18,0 Carboidrati % 59,9 Lipidi % 22,2 Proteine gr 36,58 Carboidrati gr 130,2 Lipidi gr 20,08</p>



MENU' STANDARD adeguato alle " Linee di indirizzo della Regione Campania per la sicurezza Alimentare e Sicurezza Nutrizionale nella Ristorazione collettiva" CRIPAT. DD N.260 del 09/07/2021

MEDIA
913
16,0
56,7
27,3
36,5
138,0
27,7

SCUOLA SECONDARIA 1°GRADO - PRIMA SETTIMANA primavera- estate

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<p>Riso alla parmigiana riso 70 parmigiano 5 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Petto di pollo alle erbe aromatiche petto di pollo 100 olio extravergine di oliva 7 erbe aromatiche q.b.</p> <p>Patate al forno patate 90 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p> <p>Kcal 873 Proteine % 18,1 Carboidrati % 60,2 Lipidi % 21,7 Proteine gr 39,5 Carboidrati gr 140,13 Lipidi gr 21,1</p>	<p>Pasta e fagioli. pasta di semola corta 70 fagioli freschi 70 olio extravergine di oliva 10 pomodoro-passata 50 parmigiano 10</p> <p>Ricotta di vacca ricotta di vacca 120</p> <p>Insalata verde insalata verde 100 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p> <p>Kcal 934 Proteine % 14,7 Carboidrati % 53,2 Lipidi % 32,2 Proteine gr 34,3 Carboidrati gr 132,38 Lipidi gr 33,4</p>	<p>Pasta al pomodoro e basilico pasta corta di semola 80 pomodoro pelati 50 olio extravergine di oliva 4 parmigiano 10</p> <p>Scaloppina al pomodoro vitello, carne magra 80 pomodori pelati 50 olio extravergine di oliva 5</p> <p>finocchi al naturale finocchi al naturale 140 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p> <p>Kcal 878 Proteine % 18,1 Carboidrati % 57,4 Lipidi % 24,4 Proteine gr 39,8 Carboidrati gr 134,5 Lipidi gr 23,8</p>	<p>Pasta e patate pasta corta di semola 70 patate 60 olio extravergine di oliva 8</p> <p>Sogliola in umido filetto di sogliola 100 olio extravergine di oliva 57</p> <p>carote al naturale carote 120 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p> <p>Kcal 883 Proteine % 15,7 Carboidrati % 60,0 Lipidi % 24,3 Proteine gr 34,7 Carboidrati gr 141,2 Lipidi gr 23,8</p>	<p>Passato di verdure con pasta pasta corta di semola 80 fagiolini,zucchine(cadauno) 60 carote, pomodoro(cadauno) 60 olio extravergine di oliva 10</p> <p>Prosciutto cotto. prosciutto cotto magro 80</p> <p>Insalata di verdure miste lattuga 100 pomodori 60 olio extravergine di oliva 10</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p> <p>Kcal 500 Proteine % 18,1 Carboidrati % 57,5 Lipidi % 24,5 Proteine gr 22,7 Carboidrati gr 76,7 Lipidi gr 13,6</p>
MEDIA				

SCUOLA SECONDARIA 1°GRADO - SECONDA SETTIMANA primavera- estate

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<p>Gnocchetti al pomodoro pasta di semola tipo gnocchetti 80 pomodoro pelati 50 parmigiano gratt. 5 olio extravergine di oliva 10</p> <p>Certosino. Certosino 120</p> <p>zucchine al vapore zucchine al naturale 150 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p> <p>Kcal 1041 Proteine % 14,0 Carboidrati % 48,1 Lipidi % 37,9 Proteine gr 36,5 Carboidrati gr 133,0 Lipidi gr 43,9</p>	<p>Riso con piselli. riso 80 piselli surgelati 50 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Cosce di pollo al forno. cosce di pollo dissossato 100 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Carciofi stufati cuori di carciofi 120 olio extravergine di oliva 6</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p> <p>Kcal 893 Proteine % 16,7 Carboidrati % 58,1 Lipidi % 25,2 Proteine gr 37,3 Carboidrati gr 138,42 Lipidi gr 25,0</p>	<p>Farfalle pomodoro e parmigiano pasta tipo farfalle 80 pomodoro pelati 50 parmigiano 5 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Scaloppine al limone vitello in fettine 100 farina q.b. olio extravergine di oliva 7 succo di limone a.b.</p> <p>spinaci in padella spinaci 80 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p> <p>Kcal 908 Proteine % 18,7 Carboidrati % 56,3 Lipidi % 25,0 Proteine gr 42,3 Carboidrati gr 136,4 Lipidi gr 25,2</p>	<p>pasta e ceci pasta, tipo corta 70 ceci freschi 60 olio extravergine di oliva 7</p> <p>sogliola al pomodoro filetto di sogliola 100 olio extravergine di oliva 7 pomodoro passato q.b.</p> <p>Pomodori all'insalata pomodori 150 olio extravergine di oliva 6</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p> <p>Kcal 884 Proteine % 17,5 Carboidrati % 57,2 Lipidi % 25,2 Proteine gr 38,6 Carboidrati gr 134,8 Lipidi gr 24,8</p>	<p>Passato di verdure con riso riso 70 fagiolini,zucchine(cadauno) 50 carote, pomodoro(cadauno) 50 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Frittata di spinaci al forno uova 80 spinaci 40 parmigiano 5 olio extravergine di oliva 5</p> <p>piselli in tetrame piselli surgelati 70 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p> <p>Kcal 890 Proteine % 13,4 Carboidrati % 57,1 Lipidi % 29,6 Proteine gr 29,8 Carboidrati gr 135,6 Lipidi gr 29,2</p>
MEDIA				



MENU' STANDARD adeguato alle " Linee di indirizzo della Regione Campania per la sicurezza Alimentare e Sicurezza Nutrizionale nella Ristorazione collettiva" CRIPAT. DD N.260 del 09/07/2021

SCUOLA SECONDARIA 1°GRADO - TERZA SETTIMANA primavera- estate				
LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<p>Pasta con le zucchine pasta corta di semola 80 zucchine/ broccoli 60 parmigiano gratt. 5 olio extravergine di oliva 9</p> <p>Prosciutto cotto Prosciutto cotto magro 70 prosciutto crudo magro 70</p> <p>Carote al naturale Carote 120 olio extravergine di oliva 10</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p>	<p>Riso al parmigiano riso parboiled 70 pomodori pelati 50 parmigiano grattugiato 5 olio extravergine di oliva 10</p> <p>Spezzatino di tacchino con patate tacchino 100 patate 90 olio extravergine di oliva 10</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p>	<p>Pasta con pomodoro pasta corta di semola 80 pomodoro 50 olio extravergine di oliva 7 parmigiano grattugiato 5</p> <p>Filetto di platessa in umido Filetto di platessa 100 pomodori pelati 50 olio extravergine di oliva 7</p> <p>zucchine in umido zucchine 120 limone q.b. olio extravergine di oliva 6</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p>	<p>Pasta e lenticchie pasta corta di semola 60 lenticchie fresche 40 olio extravergine di oliva 8</p> <p>Ricotta di vacca Ricotta di vacca omogeneizzata 120</p> <p>bieta lessa bieta lessa 120 olio extravergine di oliva 8</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p>	<p>Passata di verdura con pasta pasta tipo corta 80 fagiolini, zucchine 60 carote, pomodoro 60 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Frittata di spinaci al forno Uova 80 spinaci 100 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Fagiolini al limone fagiolini 150 succo di limone q.b olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p>
<p>Kcal 902 Proteine % 17,5 Carboidrati % 57,3 Lipidi % 25,1 Proteine gr 39,5 Carboidrati gr 138,0 Lipidi gr 25,2</p>	<p>Kcal 910 Proteine % 15,1 Carboidrati % 57,1 Lipidi % 27,8 Proteine gr 34,3 Carboidrati gr 138,6 Lipidi gr 28,1</p>	<p>Kcal 886 Proteine % 17,8 Carboidrati % 56,6 Lipidi % 25,7 Proteine gr 39,5 Carboidrati gr 133,6 Lipidi gr 25,3</p>	<p>Kcal 946 Proteine % 14,9 Carboidrati % 55,6 Lipidi % 29,6 Proteine gr 35,2 Carboidrati gr 140,1 Lipidi gr 31,1</p>	<p>Kcal 913 Proteine % 14,8 Carboidrati % 56,7 Lipidi % 27,3 Proteine gr 34,1 Carboidrati gr 139,9 Lipidi gr 28,7</p>

MEDIA

SCUOLA SECONDARIA 1°GRADO - QUARTA SETTIMANA primavera- estate

SCUOLA SECONDARIA 1°GRADO - QUARTA SETTIMANA primavera- estate				
LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<p>Orecchiette al pomodoro pasta tipo orecchiette 80 pomodoro passata 70 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Platessa al pomodoro filetto di platessa 100 olio extravergine di oliva 7 passata di pomodoro q.b.</p> <p>Fagiolini al vapore Fagiolini 150 olio extravergine di oliva 6</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p>	<p>Risotto con i carciofi riso tipo parboiled 80 carciofi 100 parmigiano grattugiato 5 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Mozzarella di vacca mozzarella 100</p> <p>insalata mista lattuga 100 pomodori 50 carote 50 olio extravergine di oliva 6</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p>	<p>Passato di verdure con pasta pasta corta di semola 80 fagiolini, zucchine 60 carote, pomodoro 60 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Arista di maiale al forno carrè di maiale dissossato 80 carote 40 olio extra vergine di oliva 7</p> <p>Zucchine al vapore zucchine 120 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p>	<p>Pata al pomodoro e basilico pasta corta di semola 70 pomodori pelati 60 olio extravergine di oliva 7 parmigiano grattugiato 5</p> <p>Petto di tacchino al limone petto di tacchino 90 succo di limone q.b. olio extra vergine di oliva 7</p> <p>Carote al naturale carote 150 olio extravergine di oliva 5</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p>	<p>Pasta con piselli pasta corta di semola 70 piselli surgelati 50 olio extravergine di oliva 8</p> <p>Prosciutto cotto prosciutto cotto magro 70</p> <p>Pomodori all'insalata pomodori 120 olio extravergine di oliva 7</p> <p>Pane comune 80 Frutta di stagione 150</p>
<p>Kcal 873 Proteine % 17,9 Carboidrati % 57,7 Lipidi % 24,6 Proteine gr 39,0 Carboidrati gr 134,5 Lipidi gr 23,9</p>	<p>Kcal 887 Proteine % 15,8 Carboidrati % 51,9 Lipidi % 32,4 Proteine gr 38,9 Carboidrati gr 137 Lipidi gr 35,5</p>	<p>Kcal 906 Proteine % 17,1 Carboidrati % 56,2 Lipidi % 26,7 Proteine gr 38,71 Carboidrati gr 135,7 Lipidi gr 26,9</p>	<p>Kcal 882 Proteine % 16,9 Carboidrati % 56,2 Lipidi % 26,1 Proteine gr 37,3 Carboidrati gr 134 Lipidi gr 25,6</p>	<p>Kcal 893 Proteine % 17,1 Carboidrati % 56,5 Lipidi % 26,4 Proteine gr 36,58 Carboidrati gr 130,2 Lipidi gr 20,08</p>

