

**camst:**  
group

Menù Primavera-Estate -- Scuole  
Scolari e Docenti

09 SET. 2022



	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1 Settimana	Riso olio e parmigiano (3,7)	Insalata di pasta*(1,7)	Pasta al pomodoro (1,3,7,9)	Risotto allo zafferano (3,7,9)	Gnocchi di patate al pesto*(1,3,7,8)
	Insalata di tonno fagiolini e patate*(4)	Bocconcini di pollo alle erbe (9)	Frittata di piselli*(3,7)	Spezzatino di manzo con carote*(9)	Caprese (7)
		Cruditè di verdure	Zucchine trifolate*		
	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione
2 Settimana	Pasta olio e parmigiano (1,3,7)	Risotto al pomodoro (3,7,9)	Pasta tonno, pomodoro e olive (1,4)	Pasta al ragù di legumi (1,3,7,9)	Ravioli al pomodoro*(1,3,7,8,9)
	Tortino di verdure*(1,3,7)	Polpettone al forno (1,3,7)	Platessa alle verdure*(4,9)	Formaggio dolce sardo (7)	Scaloppine di pollo al limone (1)
	Insalata mista	Spinaci all'olio*	Cruditè di verdure	Bietta ripassata*	Carote julienne
	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione
3 Settimana	Pasta alla pizzaiola (1)	Fregola al pomodoro (1,3,7,9)	Pasta rosa (1,7,9)	Insalata di riso	Risotto alla contadina*(3,7,9)
	Prosciutto cotto	Merluzzo gratinato*(1,4)	Frittata di patate e formaggio*(3,7)	Straccetti di manzo al pomodoro (9)	Provolone dolce (7)
	Cruditè di verdure	Fagiolini all'olio*	Carote all'olio*	Insalata verde	Insalata mista
	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione
4 Settimana	Pasta e lenticchie (1,9)	Riso alla parmigiana (3,7)	Pasta olio e parmigiano (1,3,7)	Pizza margherita (1,7)	Risotto al pomodoro (3,7,9)
	Arrosto di suino al forno (9)	Platessa al pomodoro*(4)	Tortino di ricotta e spinaci*(1,3,7)	Insalata di tonno pomodori e mais (4)	Mozzarella (7)
	Pomodori in insalata	Spinaci all'olio*	Insalata mista		Zucchine trifolate*
	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione
5 Settimana	Riso olio e parmigiano (3,7)	Pasta al ragù (1,3,7,9)	Pasta al pesto (1,3,7,8)	Risotto alla crema di piselli*(3,7,9)	Fregola al pomodoro (1,3,7,9)
	Merluzzo alla mughnala*(1,4)	Uova strapazzate al pomodoro (3,7)	Formaggio dolce sardo (7)	Polpettone al sugo (1,3,7,9)	Bocconcini di pollo al pangrattato (1)
	Carote prezzemolate*	Cruditè di verdure	Bietta ripassata*	Insalata mista	Fagiolini all'olio*
	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione
6 Settimana	Malloreddu al pomodoro (1,3,7,9)	Pasta alla crema di zucchine*(1,3,7)	Insalata di orzo e farro estiva*(1,4)	Risotto allo zafferano (3,7,9)	Tortellini olio e parmigiano*(1,3,7,8,9)
	Provolone dolce (7)	Straccetti di manzo alle verdure*(9)	Prosciutto cotto	Legumi in umido (6,9)	Platessa gratinata*(1,4)
	Finocchi gratinati (1)	Pomodori in insalata	Spinaci all'olio*	Insalata verde	Carote julienne
	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione
7 Settimana	Pasta olio e parmigiano (1,3,7)	Insalata di riso	Pasta alla pizzaiola (1)	Pasta al pesto (1,3,7,8)	Vellutata di legumi con pastina (1,6,9)
	Scaloppine di pollo alla pizzaiola	Frittata di verdure e formaggio*(3,7)	Mozzarella (7)	Merluzzo al limone*(4)	Spezzatino di manzo con patate*(9)
	Fagiolini all'olio*	Insalata verde	Bietta ripassata*	Cruditè di verdure	
	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione
8 Settimana	Pasta rosa (1,7,9)	Riso al latte (3,7)	Pasta olio e parmigiano (1,3,7)	Risotto allo zafferano (3,7,9)	Pizza margherita (1,7)
	Lonza di suino agli aromi (9)	Platessa gratinata*(1,4)	Frittata di prosciutto cotto e patate*(3,7)	Cosce di pollo al forno	Formaggio dolce sardo (7)
	Zucchine prezzemolate*	Cruditè di verdure	Carote all'olio*	Pomodori in insalata	Insalata verde
	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione

\* il prodotto potrebbe essere congelato

I numeri tra parentesi fanno riferimento alla tabella Allergeni Reg. Ue 1169 11

Biologa Nutrizionista  
Dot.ssa Federica Atzei  
Matr. AA\_074327

## ALLEGATO II del Regolamento UE 1169/2011

09 SET. 2011



### SOSTANZE O PRODOTTI CHE PROVOCANO ALLERGIE O INTOLLERANZE

1. Cereali contenenti glutine, cioè: grano, segale, orzo, avena, farro, kamut o i loro ceppi ibridati e prodotti derivati, tranne:
  - a) sciroppi di glucosio a base di grano, incluso destrosio (1);
  - b) maltodestrine a base di grano (1);
  - c) sciroppi di glucosio a base di orzo;
  - d) cereali utilizzati per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola.
2. Crostacei e prodotti a base di crostacei.
3. Uova e prodotti a base di uova.
4. Pesce e prodotti a base di pesce, tranne:
  - a) gelatina di pesce utilizzata come supporto per preparati di vitamine o carotenoidi;
  - b) gelatina o colla di pesce utilizzata come chiarificante nella birra e nel vino.
5. Arachidi e prodotti a base di arachidi.
6. Soia e prodotti a base di soia, tranne:
  - a) olio e grasso di soia raffinato (1);
  - b) tocoferoli misti naturali (E306), tocoferolo D-alfa naturale, tocoferolo acetato D-alfa naturale, tocoferolo succinato D-alfa naturale a base di soia;
  - c) oli vegetali derivati da fitosteroli e fitosteroli esteri a base di soia;
  - d) estere di stanolo vegetale prodotto da steroli di olio vegetale a base di soia.
7. Latte e prodotti a base di latte (incluso lattosio), tranne:
  - a) siero di latte utilizzato per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola;
  - b) latticolo.
8. Frutta a guscio, vale a dire: mandorle (*Amygdalus communis* L.), nocciole (*Corylus avellana*), noci (*Juglans regia*), noci di acagiù (*Anacardium occidentale*), noci di pecan [*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch], noci del Brasile (*Bertholletia excelsa*), pistacchi (*Pistacia vera*), noci macadamia o noci del Queensland (*Macadamia ternifolia*), e i loro prodotti, tranne per la frutta a guscio utilizzata per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola.
9. Sedano e prodotti a base di sedano.
10. Senape e prodotti a base di senape.
11. Semi di sesamo e prodotti a base di semi di sesamo.
12. Anidride solforosa e solfiti in concentrazioni superiori a 10 mg/kg o 10 mg/litro in termini di SO<sub>2</sub> totale da calcolarsi per i prodotti così come proposti pronti al consumo o ricostituiti conformemente alle istruzioni dei fabbricanti.
13. Lupini e prodotti a base di lupini.
14. Molluschi e prodotti a base di molluschi.

(1) E i prodotti derivati, nella misura in cui la trasformazione che hanno subito non è suscettibile di elevare il livello di allergenicità valutato dall'Autorità per il prodotto di base da cui sono derivati.



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI	ROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	Kcal/porz	GRAMMI	PROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	Kcal/porz	GRAMMI	PROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	Kcal/porz	
			INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	SECONDIARIA /ADULTI	SECONDIARIA	SECONDIARIA	SECONDIARIA
1 Settimana; lunedì																		
	Riso olio e parmigiano (3,7)																	
		riso	50	3,7	0,15	40,65	169	70	5,18	0,21	56,91	236,6	80	5,92	0,24	65,04	270,4	
		grana padano (3,7)	6	2,094	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Insalata di tonno fagiolini e patate*(4)																	
		tonno (4)	60	15,06	0,18	0	61,8	80	20,08	0,24	0	82,4	100	25,1	0,3	0	103	
		*fagiolini	80	1,68	0,08	1,92	19,2	120	2,52	0,12	2,88	28,8	160	3,36	0,16	3,84	38,4	
		*patate	20	0,4	0,02	3,2	14,4	30	0,6	0,03	4,8	21,6	40	0,8	0,04	6,4	28,8	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Pane (1)																	
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8	
	Frutta di stagione																	
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104	

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI	ROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	Kcal/porz	GRAMMI	PROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	Kcal/porz	GRAMMI	PROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	Kcal/porz	GRAMMI	PROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	Kcal/porz
			INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA
1 Settimana; martedì	Insalata di pasta*(1,7)																					
		pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	58,15	272,8					
		pomodori	20	0,24	0,04	0,56	3,8	25	0,3	0,05	0,7	4,75	30	0,36	0,06	0,84	5,7					
		carote	20	0,22	0,04	1,52	8,2	25	0,275	0,05	1,9	10,25	30	0,33	0,06	2,28	12,3					
		*fagiolini	20	0,42	0,02	0,48	4,8	25	0,525	0,025	0,6	6	30	0,63	0,03	0,72	7,2					
		formaggio (7)	20	4,2	5,6	0,4	68,8	25	5,25	7	0,5	86	30	6,3	8,4	0,6	103,2					
		olive nere	5	0,08	1,255	0,04	11,75	7	0,112	1,757	0,056	16,45	10	0,16	2,51	0,08	23,5					
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54					
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0					
		Bocconcini di pollo alle erbe (9)																				
		pollo	50	11,65	0,4	0	50	60	13,98	0,48	0	60	70	16,31	0,56	0	70					
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/					
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/					
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/					
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/					
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54					
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0					
		Crudité di verdure																				
		verdure di stagione	100	7,6	1,9	32,3	33,2	150	11,4	2,85	48,45	49,8	200	15,2	3,8	64,6	66,4					
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54					
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0					
		Pane (1)																				
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8					
		Frutta di stagione																				
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104					

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sodio e prodotti a base di sodio
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi





SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
1 Settimana; mercoledì	Pasta al pomodoro (1,3,7,9)																
		pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	58,16	272,8
		pelati	65	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,5	90	1,08	0,45	2,7	19,8
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0	23,52	7	2,373	1,995	0	27,44	8	2,712	2,28	0	31,36
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Frittata di piselli*(3,7)																
		uova (3) numero	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28
		*piselli	30	1,62	0,09	1,95	18,3	35	1,89	0,105	2,275	21,35	40	2,16	0,12	2,6	24,4
		formaggio (7)	15	3,12	3,24	0,09	42,15	20	4,16	4,32	0,12	56,2	25	5,2	5,4	0,15	70,25
		latte (7)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Zucchine trifolate*																
		*zucchine	100	1,5	0,1	1,7	16	150	2,25	0,15	2,55	24	200	3	0,2	3,4	32
		prezzemolo	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		aglio	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Pane (1)																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	Frutta di stagione																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	NUTRIZIONE														
			GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
1 Settimana; giovedì																	
	<b>Risotto allo zafferano (3,7,9)</b>																
		riso	50	3,7	0,15	40,65	169	70	5,18	0,21	56,91	236,6	80	5,92	0,24	65,04	270,4
		zafferano	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		brodo vegetale (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Spezzatino di manzo con carote*(9)</b>																
		manzo	50	16,56	2,16	0	86	60	19,872	2,592	0	103,2	70	23,184	3,024	0	120,4
		*carote	100	1,1	0,2	7,6	41	150	1,65	0,3	11,4	61,5	200	2,2	0,4	15,2	82
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Pane (1)</b>																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	<b>Frutta di stagione</b>																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
1 Settimana; venerdì																	
	Gnocchi di patate al pesto*(1,3,7,8)																
		*gnocchi di patate (1,3,7,8)	150	5,85	0,45	56,85	245	180	7,02	0,54	68,22	295,2	250	9,75	0,75	94,75	410
		pesto confezionato (3,7,8)	20	2,2	4,36	0,36	50	25	2,75	5,45	0,45	62,5	30	3,3	6,54	0,54	75
		olio eva	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Caprese (7)																
		mozzarella (7)	40	7,48	7,8	0,28	101,2	70	13,09	13,65	0,49	177,1	80	14,96	15,6	0,56	202,4
		pomodori	100	1,2	0,2	2,8	19	150	1,8	0,3	4,2	28,5	200	2,4	0,4	5,6	38
	Pane (1)																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	Frutta di stagione																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
2 Settimana; lunedì																	
	<b>Pasta olio e parmigiano (1,3,7)</b>																
		pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	58,16	272,8
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Tortino di verdure*(1,3,7)</b>																
		uova (3) numero	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28
		*verdure di stagione	30	2,28	0,57	9,69	9,96	50	3,8	0,95	16,15	16,6	60	4,56	1,14	19,38	19,92
		formaggio (7)	15	3,12	3,24	0,09	42,15	15	3,12	3,24	0,09	42,15	15	3,12	3,24	0,09	42,15
		latte (7)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		pane grattugiato (1)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Insalata mista</b>																
		insalata verde	20	0,22	0,02	0,44	3,4	25	0,275	0,025	0,55	4,25	30	0,33	0,03	0,66	5,1
		verdure di stagione	50	3,8	0,95	16,15	16,6	80	6,08	1,52	25,84	26,56	100	7,6	1,9	32,3	33,2
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Pane (1)</b>																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,85	0,3	35,7	160,8
	<b>Frutta di stagione</b>																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
2 Settimana; martedì																	
	<b>Risotto al pomodoro (3,7,9)</b>																
		riso	50	3,7	0,15	40,65	169	70	5,18	0,21	56,91	236,6	80	5,92	0,24	65,04	270,4
		pelati	65	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,6	90	1,08	0,45	2,7	19,8
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		brodo vegetale (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Polpettone al forno (1,3,7)</b>																
		suino	25	5,7	1,89	0	39,9	30	6,84	2,268	0	47,88	35	7,98	2,646	0	55,86
		manzo	25	8,28	1,08	0	43	30	9,936	1,296	0	51,6	35	11,592	1,512	0	60,2
		uova (3)	10	1,24	0,87	0	12,8	15	1,86	1,305	0	19,2	20	2,48	1,74	0	25,6
		pane (1)	10	0,81	0,05	5,95	26,8	15	1,215	0,075	8,925	40,2	20	1,62	0,1	11,9	53,6
		grana padano (3,7)	3	1,017	0,855	0,111	12,18	3	1,017	0,855	0,111	12,18	5	1,695	1,425	0,185	20,3
		latte (7)	5	0,175	0,075	0,25	2,3	10	0,35	0,15	0,5	4,6	10	0,35	0,15	0,5	4,6
		prezzemolo	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		aglio	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Spinaci all'olio*</b>																
		*spinaci	100	2,8	0	0	15	150	4,2	0	0	22,5	200	5,6	0	0	30
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Pane (1)</b>																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	<b>Frutta di stagione</b>																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* Il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi





SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
2 Settimana; giovedì																	
	<b>Pasta al ragù di lenticchie (1,3,7,9)</b>																
		pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	58,16	272,8
		lenticchie	15	3,405	0,15	7,665	47,85	20	4,54	0,2	10,22	63,8	25	5,675	0,25	12,775	79,75
		pelati	65	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,5	90	1,08	0,45	2,7	19,8
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Formaggio dolce sardo (7)</b>																
		formaggio dolce sardo (7)	40	8,4	11,2	0,8	137,6	50	10,5	14	1	172	60	12,6	16,8	1,2	206,4
	<b>Bieta ripassata*</b>																
		*bieta	100	1,3	0,1	1,8	15	150	1,95	0,15	2,7	22,5	200	2,6	0,2	3,6	30
		aglio	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Pane (1)</b>																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	<b>Frutta di stagione</b>																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
2 Settimana; venerdì																	
	<b>Ravioli al pomodoro*(1,3,7,8,9)</b>																
		*ravioli di ricotta (1,3,7,8,9)	120	12,72	8,76	48,84	318	140	14,84	10,22	56,98	371	160	16,96	11,68	65,12	424
		pelati	65	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,6	90	1,08	0,45	2,7	19,8
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Scaloppine di pollo al limone (1)</b>																
		pollo	50	11,65	0,4	0	50	60	13,98	0,48	0	60	70	16,31	0,56	0	70
		farina (1)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		limone succo	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Carote julienne</b>																
		carote	100	1,1	0,2	7,6	41	150	1,65	0,3	11,4	61,5	200	2,2	0,4	15,2	82
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Pane (1)</b>																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	<b>Frutta di stagione</b>																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
3 Settimana; lunedì																	
	<b>Pasta alla pizzaioia (1)</b>																
		pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	58,16	272,8
		pelati	65	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,6	90	1,08	0,45	2,7	19,8
		olive nere	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		origano	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		prezzemolo	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		aglio	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Prosciutto cotto</b>																
		prosciutto cotto	25	3,925	1,9	0,425	34,5	30	4,71	2,28	0,51	41,4	35	5,495	2,56	0,595	48,3
	<b>Crudità di verdure</b>																
		verdure di stagione	100	7,6	1,9	32,3	33,2	150	11,4	2,85	48,45	49,8	200	15,2	3,8	64,6	66,4
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Pane (1)</b>																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	<b>Frutta di stagione</b>																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e soifiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
3 Settimana; martedì																	
	Fregola al pomodoro (1,3,7,9)																
		fregola (1)	50	7	1,05	32	172,5	70	9,8	1,47	44,8	241,5	80	11,2	1,68	51,2	276
		pelati	65	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,6	90	1,08	0,45	2,7	19,8
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Merluzzo gratinato*(1,4)																
		*merluzzo (4)	60	10,2	0,18	0	177,6	80	13,6	0,24	0	236,8	100	17	0,3	0	296
		pane grattugiato (1)	5	0,505	0,105	3,89	17,85	10	1,01	0,21	7,78	35,7	12	1,212	0,252	9,336	42,84
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Fagiolini all'olio*																
		*fagiolini	100	2,1	0,1	2,4	24	150	3,15	0,15	3,6	36	200	4,2	0,2	4,8	48
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Pane (1)																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	Frutta di stagione																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI	ROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	Kcal/porz	GRAMMI	PROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	Kcal/porz	GRAMMI	PROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	Kcal/porz
			INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA
3 Settimana; mercoledì	<b>Pasta rosa (1,7,9)</b>																
		pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	58,16	272,8
		pelati	65	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,6	90	1,08	0,45	2,7	19,8
		ricotta (7)	7	0,616	0,763	0,245	10,22	10	0,88	1,09	0,35	14,6	12	1,056	1,308	0,42	17,52
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Frittata di patate e formaggio*(3,7)</b>																
		uova (3) numero	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28
		*patate	20	0,4	0,02	3,2	14,4	40	0,8	0,04	6,4	28,8	50	1	0,05	8	36
		formaggio (7)	15	3,12	3,24	0,09	42,15	15	3,12	3,24	0,09	42,15	15	3,12	3,24	0,09	42,15
		latte (7)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Carote all'olio*</b>																
		*carote	100	1,1	0,2	7,6	41	150	1,65	0,3	11,4	61,5	200	2,2	0,4	15,2	82
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Pane (1)</b>																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	<b>Frutta di stagione</b>																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
3 Settimana; giovedì																	
	<b>Insalata di riso</b>																
		riso	50	3,7	0,15	40,65	169	70	5,18	0,21	56,91	236,6	80	5,92	0,24	65,04	270,4
		verdure di stagione	70	5,32	1,33	22,61	23,24	80	6,08	1,52	25,84	26,56	90	6,84	1,71	29,07	29,88
		prosciutto cotto	20	3,14	1,52	0,34	27,6	25	3,925	1,9	0,425	34,5	30	4,71	2,28	0,51	41,4
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Straccetti di manzo al pomodoro (9)</b>																
		manzo	50	16,56	2,16	0	86	60	19,872	2,592	0	103,2	70	23,184	3,024	0	120,4
		patati	20	0,24	0,1	0,6	4,4	30	0,36	0,15	0,9	6,6	30	0,36	0,15	0,9	6,6
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Insalata verde</b>																
		insalata verde	40	0,44	0,04	0,88	6,8	50	0,55	0,05	1,1	8,5	60	0,66	0,06	1,32	10,2
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Pane (1)</b>																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	<b>Frutta di stagione</b>																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (-) Cereali contenenti glutine
- (7) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (8) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDAARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDAARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDAARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDAARIA	Kcal/porz SECONDAARIA /ADULTI
3 Settimana; venerdì	Risotto alla contadina*(3,7,9)																
		riso	50	3,7	0,15	40,65	169	70	5,18	0,21	56,91	236,6	80	5,92	0,24	65,04	270,4
		*verdure di stagione	70	5,32	1,33	22,61	23,24	80	6,08	1,52	25,84	26,56	90	6,84	1,71	29,07	29,88
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		brodo vegetale (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		grana padano (3,7)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Provolone dolce (7)																
		provolone dolce (7)	40	13,2	10,4	0,8	144	50	16,5	13	1	180	60	19,8	15,6	1,2	216
	Insalata mista																
		insalata verde	20	0,22	0,02	0,44	3,4	25	0,275	0,025	0,55	4,25	30	0,33	0,03	0,66	5,1
		verdure di stagione	50	3,8	0,95	16,15	16,6	80	6,08	1,52	25,84	26,56	100	7,6	1,9	32,3	33,2
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Pane (1)																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	Frutta di stagione																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* Il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDIRIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDIRIA	GRAMMI LIPIDI SECONDIRIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDIRIA	Kcal/porz SECONDIRIA
4 Settimana; Lunedì																	
	<b>Pasta e lenticchie (1,9)</b>																
		pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	58,16	272,8
		pelati	20	0,24	0,1	0,6	4,4	25	0,3	0,125	0,75	5,5	30	0,36	0,15	0,9	6,6
		lenticchie	15	3,405	0,15	7,665	47,85	20	4,54	0,2	10,22	63,8	25	5,675	0,25	12,775	79,75
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Arrostò di suino al forno (9)</b>																
		suino	50	11,4	3,78	0	79,8	60	13,68	4,536	0	95,76	70	15,96	5,292	0	111,72
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Pomodori in insalata</b>																
		insalata verde	20	0,22	0,02	0,44	3,4	25	0,275	0,025	0,55	4,25	30	0,33	0,03	0,66	5,1
		pomodori	50	0,6	0,1	1,4	9,5	80	0,96	0,16	2,24	15,2	100	1,2	0,2	2,8	19
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Pane (1)</b>																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	<b>Frutta di stagione</b>																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi





SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	Kcal/porz	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI
			INFANZIA	ROTEINE	INFANZIA	INFANZIA	GLUCIDI	INFANZIA	INFANZIA	PRIMARIA	PROTEINE	PRIMARIA	LIPIDI	PRIMARIA	GLUCIDI	PRIMARIA	PRIMARIA	SECONDIRIA	PROTEINE	SECONDIRIA
4 Settimana; martedì																				
	<b>Riso alla parmigiana (3,7)</b>																			
		riso	50	3,7	0,15	40,65	169	70	5,18	0,21	56,91	236,6	80	5,92	0,24	65,04	270,4			
		burro (7)	10	0,08	8,34	0,11	75,8	15	0,12	12,51	0,165	113,7	20	0,16	16,68	0,22	151,6			
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48			
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54			
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0			
	<b>Platessa al pomodoro*(4)</b>																			
		*platessa (4)	60	6,6	6,06	9	114,6	80	8,8	8,08	12	152,8	100	11	10,1	15	191			
		pepatì	20	0,24	0,1	0,6	4,4	30	0,36	0,15	0,9	6,6	30	0,36	0,15	0,9	6,6			
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/			
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/			
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54			
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0			
	<b>Spinaci all'olio*</b>																			
		*spinaci	100	2,8	0	0	15	150	4,2	0	0	22,5	200	5,6	0	0	30			
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54			
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0			
	<b>Pane (1)</b>																			
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8			
	<b>Frutta di stagione</b>																			
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104			

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Ammicide soiforosa e soifiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
4 Settimana; mercoledì																	
	Pasta olio e parmigiano (1,3,7)																
		pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	58,16	272,8
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Tortino di ricotta e spinaci*(1,3,7)																
		uova (3)	3	0,372	0,261	0	3,84	5	0,62	0,435	0	6,4	6	0,744	0,522	0	7,68
		ricotta (7)	50	4,4	5,45	1,75	73	60	5,28	6,54	2,1	87,6	80	7,04	8,72	2,8	116,8
		*spinaci	30	0,84	0	0	4,5	50	1,4	0	0	7,5	60	1,68	0	0	9
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48
		aromi	c.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	c.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		pane grattugiato (1)	c.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Insalata mista																
		insalata verde	20	0,22	0,02	0,44	3,4	25	0,275	0,025	0,55	4,25	30	0,33	0,03	0,66	5,1
		verdure di stagione	50	3,8	0,95	16,15	16,6	80	6,08	1,52	25,84	26,56	100	7,6	1,9	32,3	33,2
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Pane (1)																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	Frutta di stagione																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anicride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi





SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
4 Settimana; venerdì																	
	<b>Risotto al pomodoro (3,7,9)</b>																
		riso	50	3,7	0,15	40,65	169	70	5,18	0,21	56,91	236,6	80	5,92	0,24	65,04	270,4
		pelati	65	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,6	90	1,08	0,45	2,7	19,8
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		<b>sedano (9)</b>	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		<b>brodo vegetale (9)</b>	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		<b>grana padano (3,7)</b>	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Mozzarella (7)</b>																
		<b>mozzarella (7)</b>	40	7,48	7,8	0,28	101,2	70	13,09	13,65	0,49	177,1	80	14,96	15,6	0,56	202,4
	<b>Zucchine trifolate*</b>																
		*zucchine	100	1,5	0,1	1,7	16	150	2,25	0,15	2,55	24	200	3	0,2	3,4	32
		prezzemolo	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		aglio	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Pane (1)</b>																
		<b>pane (1)</b>	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	<b>Frutta di stagione</b>																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI	ROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	Kcal/porz	GRAMMI	PROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	Kcal/porz	GRAMMI	PROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	Kcal/porz
			INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	ADULTI	ADULTI	ADULTI
5 Settimana; lunedì																	
	Riso olio e parmigiano (3,7)																
		riso	50	3,7	0,15	40,65	169	70	5,18	0,21	56,91	236,6	80	5,92	0,24	65,04	270,4
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Merluzzo alla mugnaia*(1,4)																
		*merluzzo (4)	60	10,2	0,18	0	177,6	80	13,6	0,24	0	236,8	100	17	0,3	0	296
		farina (1)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		limone succo	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Carote prezzemolate*																
		*carote	100	1,1	0,2	7,6	41	150	1,65	0,3	11,4	61,5	200	2,2	0,4	15,2	82
		prezzemolo	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Pane (1)																
		pane (1)	40	3,24	0,2	73,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	Frutta di stagione																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crustacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	Kcal/porz	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	Kcal/porz	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	
			INFANZIA	ROTEINE INFANZIA	LIPIDI INFANZIA	GLUCIDI INFANZIA	INFANZIA	PRIMARIA	PROTEINE PRIMARIA	PRIMARIA LIPIDI	PRIMARIA GLUCIDI	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	ADULTI	PROTEINE SECONDARIA	SECONDARIA LIPIDI	SECONDARIA GLUCIDI	SECONDARIA	SECONDARIA
5 Settimana; martedì	Pasta al ragù (1,3,7,9)	pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	58,16	272,8				
		pelati	65	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,6	90	1,08	0,45	2,7	19,8				
		carne vitello/ne	20	4,3	0,48	0	21,6	25	5,375	0,6	0	27	30	6,45	0,72	0	32,4				
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/				
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/				
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/				
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48				
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54				
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0				
	Uova strapazzate al pomodoro (3,7)	uova (3) numero	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28				
		pelati	40	0,48	0,2	1,2	8,8	50	0,6	0,25	1,5	11	60	0,72	0,3	1,8	13,2				
		formaggio (7)	5	1,04	1,08	0,03	14,05	5	1,04	1,08	0,03	14,05	5	1,04	1,08	0,03	14,05				
		latte (7)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/				
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/				
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/				
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54				
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0				
	Crudità di verdure	verdure di stagione	100	7,6	1,9	32,3	33,2	150	11,4	2,85	48,45	49,8	200	15,2	3,8	64,6	65,4				
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54				
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0				
	Pane (1)	pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8				
	Frutta di stagione	frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104				

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta e guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI	ROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	Kcal/porz	GRAMMI	PROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	Kcal/porz	GRAMMI	PROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	Kcal/porz
			INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA
5 Settimana; mercoledì	Pasta al pesto (1,3,7,8)																
		pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,95	58,16	272,8
		pesto confezionato (3,7,8)	20	2,2	4,36	0,36	50	25	2,75	5,45	0,45	62,5	30	3,3	6,54	0,54	75
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Formaggio dolce sardo (7)																
		formaggio dolce sardo (7)	40	8,4	11,2	0,8	137,6	50	10,5	14	1	172	60	12,6	16,8	1,2	206,4
	Bieta ripassata*																
		*bieta	100	1,3	0,1	1,8	15	150	1,95	0,15	2,7	22,5	200	2,6	0,2	3,6	30
		aglio	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Pane (1)																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	Frutta di stagione																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* Il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crustacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
5 Settimana; giovedì	Risotto alla crema di piselli*(3,7,9)	riso	50	3,7	0,15	40,55	169	70	5,18	0,21	56,91	236,6	80	5,92	0,24	65,04	270,4
		*piselli in crema	60	3,24	0,18	3,9	36,6	70	3,78	0,21	4,55	42,7	80	4,32	0,24	5,2	48,8
		*verdure miste per brodo veg (9)	70	3,7	0,75	15,7	78	80	5,8	1,2	24,6	122	90	6,6	1,35	28,2	140
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		prezzemolo	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		basilico	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Polpettone al sugo (1,3,7,9)	suino	25	5,7	1,89	0	39,9	30	6,84	2,268	0	47,88	35	7,98	2,646	0	55,86
		manzo	25	8,28	1,08	0	43	30	9,936	1,296	0	51,6	35	11,592	1,512	0	60,2
		uova (3)	10	1,24	0,87	0	12,8	15	1,86	1,305	0	19,2	20	2,48	1,74	0	25,5
		pane (1)	10	0,81	0,05	5,95	26,8	15	1,215	0,075	8,925	40,2	20	1,62	0,1	11,9	53,6
		grana padano (3,7)	3	1,017	0,855	0,111	12,18	5	1,695	1,425	0,185	20,3	5	1,695	1,425	0,185	20,3
		latte (7)	5	0,175	0,075	0,25	2,3	10	0,35	0,15	0,5	4,6	10	0,35	0,15	0,5	4,6
		pelati	40	0,48	0,2	1,2	8,8	50	0,6	0,25	1,5	11	60	0,72	0,3	1,8	13,2
		prezzemolo	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		aglio	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Insalata mista	insalata verde	20	0,22	0,02	0,44	3,4	25	0,275	0,025	0,55	4,25	30	0,33	0,03	0,66	5,1
		verdure di stagione	50	3,8	0,95	16,15	15,6	80	6,08	1,52	25,84	26,56	100	7,6	1,9	32,3	33,2
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Pane (1)	pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	* il prodotto congelato.	frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

(\*) Cereali contenenti glutine  
(\*) Crostacei e prodotti a base di crostacei  
(\*) Uova e prodotti a base di uova  
(\*) Pesce e prodotti a base di pesce  
(\*) Arachidi e prodotti a base di arachidi  
(\*) Soia e prodotti a base di soia  
(\*) Latte e prodotti a base di latte

(8) Frutta a guscio  
(9) Sedano e prodotti a base di sedano  
(10) Senape e prodotti a base di senape  
(11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo  
(12) Anidride solforosa e solfiti  
(13) Lupini e prodotti a base di lupini  
(14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI	ROTEINE	GLUCIDI	Kcal/porz	GRAMMI	PROTEINE	GLUCIDI	Kcal/porz	GRAMMI	PROTEINE	GLUCIDI	Kcal/porz	GRAMMI	PROTEINE	GLUCIDI	Kcal/porz		
			INFANZIA	INFANZIA	LIPIDI	INFANZIA	INFANZIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA
5 Settimana; venerdì	<b>Fregola al pomodoro (1,3,7,9)</b>	fregola (1)	50	7	1,05	32	172,5	70	9,8	1,47	44,8	241,5	80	11,2	1,68	51,2	276			
		pelati	65	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,6	90	1,08	0,45	2,7	19,8			
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/	/	/
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/	/	/
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48			
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54			
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0			
		<b>Bocconcini di pollo al pangrattato (1)</b>	pollo	50	11,55	0,4	0	50	60	13,98	0,48	0	60	70	16,31	0,56	0	70		
			pane grattugiato (1)	5	0,505	0,105	3,89	17,85	10	1,01	0,21	7,78	35,7	12	1,212	0,252	9,336	42,84		
			aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/	/
			olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54		
			sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0		
			<b>Fagiolini all'olio*</b>	*fagiolini	100	2,1	0,1	2,4	24	150	3,15	0,15	3,6	36	200	4,2	0,2	4,8	48	
		olio evo		4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54		
sale	1	0		0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0				
<b>Pane (1)</b>	pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8				
	frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104				

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi







SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
6 Settimana; mercoledì																	
	<b>Insalata di orzo e farro estiva*(1,4)</b>																
		orzo (1)	25	2,35	0,375	18,425	86,5	35	3,29	0,525	25,795	121,1	40	3,76	0,6	29,48	138,4
		farro (1)	25	3,65	0,6	17,325	88,25	35	5,11	0,84	24,255	123,55	40	5,84	0,96	27,72	141,2
		pomodori	20	0,24	0,04	0,56	3,8	25	0,3	0,05	0,7	4,75	30	0,36	0,06	0,84	5,7
		carote	20	0,22	0,04	1,52	8,2	25	0,275	0,05	1,9	10,25	30	0,33	0,06	2,28	12,3
		*fagiolini	20	0,42	0,02	0,48	4,8	25	0,525	0,025	0,6	6	30	0,63	0,03	0,72	7,2
		tonno (4)	20	5,02	0,06	0	20,6	25	6,275	0,075	0	25,75	30	7,53	0,09	0	30,9
		olive nere	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		basilico	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Prosciutto cotto</b>																
		prosciutto cotto	25	3,925	1,9	0,425	34,5	30	4,71	2,28	0,51	41,4	35	5,495	2,66	0,595	48,3
	<b>Spinaci all'olio*</b>																
		*spinaci	100	2,8	0	0	15	150	4,2	0	0	22,5	200	5,6	0	0	30
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Pane (1)</b>																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	<b>Frutta di stagione</b>																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* Il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutina
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
6 Settimana; giovedì																	
	<b>Risotto allo zafferano (3,7,9)</b>																
		riso	50	3,7	0,15	40,65	169	70	5,18	0,21	56,91	236,6	80	5,92	0,24	65,04	270,4
		zafferano	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		brodo vegetale (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Legumi in umido (6,9)</b>																
		legumi (6)	30	6,72	2,79	14,55	89,79	35	7,84	3,25	14,55	104,75	40	8,96	3,72	19,4	119,72
		pelati	20	0,24	0,1	0,6	4,4	25	0,3	0,125	0,75	5,5	30	0,36	0,15	0,9	6,6
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Insalata verde</b>																
		insalata verde	40	0,44	0,04	0,88	6,8	50	0,55	0,05	1,1	8,5	60	0,66	0,06	1,32	10,2
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Pane (1)</b>																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	<b>Frutta di stagione</b>																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* Il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi







SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
7 Settimana; lunedì																	
	<b>Pasta olio e parmigiano (1,3,7)</b>																
		pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	58,16	272,8
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	5	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Scaloppine di pollo alla pizzaia</b>																
		pollo	50	11,65	0,4	0	50	60	13,98	0,48	0	60	70	16,31	0,56	0	70
		pelati	20	0,24	0,1	0,6	4,4	30	0,36	0,15	0,9	6,6	30	0,36	0,15	0,9	6,6
		olive nere	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		origano	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Fagiolini all'olio*</b>																
		*fagiolini	100	2,1	0,1	2,4	24	150	3,15	0,15	3,6	36	200	4,2	0,2	4,8	48
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Pane (1)</b>																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	<b>Frutta di stagione</b>																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta e guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI	PROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	Kcal/porz	GRAMMI	PROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	Kcal/porz	GRAMMI	PROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	Kcal/porz	
			INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	SECONDIRIA	SECONDIRIA	SECONDIRIA	SECONDIRIA
7 Settimana; martedì	Insalata di riso	riso	50	3,7	0,15	40,65	169	70	5,18	0,21	56,91	236,6	80	5,92	0,24	65,04	270,4	
		verdure di stagione	70	5,32	1,33	22,61	23,24	80	6,08	1,52	25,84	26,56	90	6,84	1,71	29,07	29,88	
		prosciutto cotto	20	3,14	1,52	0,34	27,6	25	3,925	1,9	0,425	34,5	30	4,71	2,28	0,51	41,4	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
		Frittata di verdure e formaggio*(3,7)	uova (3) numero	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28
		*verdure di stagione	40	3,04	0,76	12,92	13,28	50	3,8	0,95	16,15	16,6	60	4,56	1,14	19,38	19,92	
		formaggio (7)	15	3,12	3,24	0,09	42,15	15	3,12	3,24	0,09	42,15	15	3,12	3,24	0,09	42,15	
		latte (7)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/			
olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54			
sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0			
Insalata verde	insalata verde	40	0,44	0,04	0,88	6,8	50	0,55	0,05	1,1	8,5	60	0,66	0,06	1,32	10,2		
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0		
Pane (1)	pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8		
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104	

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
7 Settimana; mercoledì																	
	<b>Pasta alla pizzaiola (1)</b>																
		pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	58,16	272,8
		pelati	65	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,6	90	1,08	0,45	2,7	19,8
		olive nere	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		origano	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		prezzemolo	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		aglio	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Mozzarella (7)</b>																
		mozzarella (7)	40	7,48	7,8	0,28	101,2	70	13,09	13,65	0,49	177,1	80	14,96	15,6	0,56	202,4
	<b>Bieta ripassata*</b>																
		*bieta	100	1,3	0,1	1,8	15	150	1,95	0,15	2,7	22,5	200	2,6	0,2	3,6	30
		aglio	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Pane (1)</b>																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	<b>Frutta di stagione</b>																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
7 Settimana; giovedì	Pasta al pesto (1,3,7,8)																
		pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	58,16	272,8
		pesto confezionato (3,7,8)	20	2,2	4,36	0,36	50	25	2,75	5,45	0,45	62,5	30	3,3	6,54	0,54	75
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
		Merluzzo al limone*(4)															
		*merluzzo (4)	60	10,2	0,18	0	177,6	80	13,6	0,24	0	236,8	100	17	0,3	0	296
		limone succo	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
		Crudità di verdure															
		verdure di stagione	100	7,6	1,9	32,3	33,2	150	11,4	2,85	48,45	49,8	200	15,2	3,8	64,6	66,4
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
		Pane (1)															
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
		Frutta di stagione															
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
7 Settimana; venerdì																	
	<b>Vellutata di legumi con pastina (1,6,9)</b>																
		pastina (1)	20	2,7	0,24	14,54	68,2	25	3,375	0,3	18,175	85,25	35	4,725	0,42	25,445	119,35
		legumi (6)	25	5,6	2,32	12,12	74,82	30	6,72	2,79	14,55	89,79	35	7,84	3,25	14,55	104,75
		brodo vegetale (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Spezzatino di manzo con patate*(9)</b>																
		manzo	50	16,56	2,16	0	86	60	19,872	2,592	0	103,2	70	23,184	3,024	0	120,4
		*patate	100	2	0,1	16	72	150	3	0,15	24	108	200	4	0,2	52	144
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Pane (1)</b>																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	<b>Frutta di stagione</b>																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Luoi e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
8 Settimana; lunedì	<b>Pasta rosa (1,7,9)</b>																
		pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	58,16	272,8
		pelati	65	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,6	90	1,08	0,45	2,7	19,8
		ricotta (7)	7	0,616	0,763	0,245	10,22	10	0,88	1,09	0,35	14,6	12	1,056	1,308	0,42	17,52
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Lonza di suino agli aromi (9)</b>																
		suino	50	11,4	3,78	0	79,8	60	13,68	4,536	0	95,76	70	15,96	5,292	0	111,72
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Zucchine prezzemolate*</b>																
		*zucchine	100	1,5	0,1	1,7	16	150	2,25	0,15	2,55	24	200	3	0,2	3,4	32
		prezzemolo	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Pane (1)</b>																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	<b>Frutta di stagione</b>																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (2) Cereali contenenti glutine
- (7) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (8) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	Kcal/porz	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI						
			INFANZIA	ROTEINE	INFANZIA	LIPIDI	INFANZIA	GLUCIDI	INFANZIA	PRIMARIA	PROTEINE	PRIMARIA	LIPIDI	PRIMARIA	GLUCIDI	PRIMARIA	Kcal/porz	PRIMARIA	SECONDIARIA	PROTEINE	SECONDIARIA	LIPIDI	SECONDIARIA	GLUCIDI	Kcal/porz	SECONDIARIA
8 Settimana; martedì																										
	Riso al latte (3,7)																									
		riso	50	3,7	0,15	40,65	169	70	5,18	0,21	56,91	236,6	80	5,92	0,24	65,04	270,4									
		latte (7)	10	0,35	0,15	0,5	4,6	20	0,7	0,3	1	9,2	20	0,7	0,3	1	9,2									
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48									
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54									
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0									
	Platessa gratinata* (1,4)																									
		*platessa (4)	60	6,6	6,06	9	114,6	80	8,8	8,08	12	152,8	100	11	10,1	15	191									
		pane grattugiato (1)	5	0,505	0,105	3,89	17,85	10	1,01	0,21	7,78	35,7	12	1,212	0,252	9,336	42,84									
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/									
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54									
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0									
	Crudité di verdure																									
		verdure di stagione	100	7,6	1,9	32,3	33,2	150	11,4	2,85	48,45	49,8	200	15,2	3,8	64,6	66,4									
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54									
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0									
	Pane (1)																									
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8									
	Frutta di stagione																									
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104									

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
8 Settimana; mercoledì																	
	<b>Pasta olio e parmigiano (1,3,7)</b>																
		pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	58,16	272,8
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Frittata di prosciutto cotto e patate*(3,7)</b>																
		uova (3) numero	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28
		prosciutto cotto	15	2,355	1,14	0,255	20,7	20	3,14	1,52	0,34	27,6	20	3,14	1,52	0,34	27,6
		*patate	20	0,4	0,02	3,2	14,4	40	0,8	0,04	6,4	28,8	50	1	0,05	8	36
		formaggio (7)	5	1,04	1,08	0,03	14,05	5	1,04	1,08	0,03	14,05	5	1,04	1,08	0,03	14,05
		latte (7)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Carote all'olio*</b>																
		*carote	100	1,1	0,2	7,6	41	150	1,65	0,3	11,4	61,5	200	2,2	0,4	15,2	82
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Pane (1)</b>																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	<b>Frutta di stagione</b>																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi







SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
8 Settimana; venerdì	Pizza margherita (1,7)																
		pizza rossa (1)	80	6,08	5,28	32,56	198,4	100	7,6	6,6	40,7	248	120	9,12	7,92	48,84	297,6
		mozzarella (7)	30	5,61	5,85	0,21	75,9	40	7,48	7,8	0,28	101,2	60	11,22	11,7	0,42	152,8
	Formaggio dolce sardo (7)																
		formaggio dolce sardo (7)	40	8,4	11,2	0,8	137,6	50	10,5	14	1	172	60	12,6	16,8	1,2	206,4
	Insalata verde																
		insalata verde	40	0,44	0,04	0,88	6,8	50	0,55	0,05	1,1	8,5	60	0,66	0,06	1,32	10,2
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Pane (1)																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	Frutta di stagione																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte

- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1 Settimana	Risotto allo zafferano (3,7,9)	Pasta olio e parmigiano (1,3,7)	Zuppa di legumi con pastina (1,6,9)	Riso alla parmigiana (3,7)	Pasta al ragu' vegetale*(1,3,7,9)
	Bocconcini di pollo al pangrattato (1)	Uova strapazzate al pomodoro (3,7)	Formaggio dolce sardo (7)	Merluzzo alla mugnaia*(1,4)	Spezzatino di sulno con carote*(9)
	Broccoli saltati*	Insalata verde	Purè di patate (7)	Crudité di verdure	x
	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione
2 Settimana	Pasta e lenticchie (1,9)	Pastina in brodo di carne (1,3,3,7,9)	Ravoli burro e salvia*(1,3,7,8,9)	Pasta al pesto (1,3,7,8)	Risotto al pomodoro (3,7,9)
	Provolone dolce (7)	Spezzatino di manzo con patate*(9)	Platessa gratinata*(1,4)	Tortino di verdure*(1,3,7)	Scaloppine di pollo alla pizzaiola
	Spinaci all'olio*	x	Bieta ripassata*	Insalata verde	Insalata mista
	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione
3 Settimana	Pasta al burro (1,3,7)	Riso alla bolognese (3,7,9)	Pasta al pomodoro (1,3,7,9)	Vellutata di verdure con pastina*(1,3,7,9)	Riso olio e parmigiano (3,7)
	Platessa all'arancia*(4)	Mozzarella (7)	Frittata di verdure e formaggio*(3,7)	Bocconcini di pollo alle erbe (9)	Polpettone al sugo (1,3,7,9)
	Crudité di verdure	Cavoli gratinati*(1)	Insalata mista	Patate croccanti*	Carote julienne
	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione
4 Settimana	Risotto alla contadina*(3,7,9)	Pasta alla pizzaiola (1)	Vellutata di legumi con pastina (1,6,9)	Risotto al pomodoro (3,7,9)	Pizza margherita (1,7)
	Tortino di ricotta e spinaci*(1,3,7)	Scaloppine di pollo al limone (1)	Formaggio dolce sardo (7)	Merluzzo gratinato*(1,4)	Prosciutto cotto
	Insalata verde	Spinaci all'olio*	Patate al forno*	Fagiolini all'olio*	Insalata mista
	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione
5 Settimana	Risotto allo zafferano (3,7,9)	Pastina in brodo vegetale (1,3,7,9)	Fregola al pesto (1,3,7,8)	Riso alla parmigiana (3,7)	Pasta al ragu' (1,3,7,9)
	Mozzarella (7)	Lonza di suino agli aromi (9)	Bocconcini di pollo alle verdure*(9)	Frittata di piselli*(3,7)	Platessa alle verdure*(4,9)
	Carote prezzemolate*	Patate croccanti*	Crudité di verdure	Broccoli all'olio*	Insalata verde
	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione
6 Settimana	Pasta rosa (1,7,9)	Tortellini al pomodoro*(1,3,7,8,9)	Riso al latte (3,7)	Zuppa di legumi con pastina (1,6,9)	Malloreddus al pomodoro (1,3,7,9)
	Scaloppine di pollo alla pizzaiola	Merluzzo gratinato*(1,4)	Polpettone al forno (1,3,7)	Formaggio dolce sardo (7)	Frittata di verdure e formaggio*(3,7)
	Spinaci all'olio*	Insalata verde	Finocchi gratinati (1)	Purè di patate*(7)	Insalata mista
	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione
7 Settimana	Pasta al ragu' vegetale*(1,3,7,9)	Risotto alla crema di piselli*(3,7,9)	Pasta al pomodoro (1,3,7,9)	Riso olio e parmigiano (3,7)	Pastina in brodo di carne (1,3,7,9)
	Provolone dolce (7)	Bocconcini di pollo al pangrattato (1)	Gateau di patate*(1,3,7)	Merluzzo alla pizzaiola*(4)	Spezzatino di manzo con patate*(9)
	Cavoli prezzemolati*	Broccoli all'olio*	Insalata verde	Crudité di verdure	x
	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione
8 Settimana	Pasta olio e parmigiano (1,3,7)	Pasta al ragu' (1,3,7,9)	Vellutata di legumi con pastina (1,6,9)	Pizza margherita (1,7)	Risotto al pomodoro (3,7,9)
	Prosciutto cotto	Platessa gratinata*(1,4)	Bocconcini di pollo alle erbe (9)	Mozzarella (7)	Tortino di ricotta e spinaci*(1,3,7)
	Bieta ripassata*	Insalata verde	Patate al forno*	Insalata mista	Carote all'olio*
	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione

\* il prodotto potrebbe essere congelato

I numeri tra parentesi fanno riferimento alla tabella Allergeni Reg. Ue 1169/11

09 SET. 2012



## ALLEGATO II del Regolamento UE 1169/2011

### SOSTANZE O PRODOTTI CHE PROVOCANO ALLERGIE O INTOLLERANZE

1. Cereali contenenti glutine, cioè: grano, segale, orzo, avena, farro, kamut o i loro ceppi ibridati e prodotti derivati, tranne:
    - a) sciroppi di glucosio a base di grano, incluso destrosio (1);
    - b) maltodestrine a base di grano (1);
    - c) sciroppi di glucosio a base di orzo;
    - d) cereali utilizzati per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola.
  2. Crostacci e prodotti a base di crostacei.
  3. Uova e prodotti a base di uova.
  4. Pesce e prodotti a base di pesce, tranne:
    - a) gelatina di pesce utilizzata come supporto per preparati di vitamine o carotenoidi;
    - b) gelatina o colla di pesce utilizzata come chiarificante nella birra e nel vino.
  5. Arachidi e prodotti a base di arachidi.
  6. Soia e prodotti a base di soia, tranne:
    - a) olio e grasso di soia raffinato (1);
    - b) tocoferoli misti naturali (E306), tocoferolo D-alfa naturale, tocoferolo acetato D-alfa naturale, tocoferolo succinato D-alfa naturale a base di soia;
    - c) oli vegetali derivati da fitosteroli e fitosteroli esteri a base di soia;
    - d) estere di stanolo vegetale prodotto da steroli di olio vegetale a base di soia.
  7. Latte e prodotti a base di latte (incluso lattosio), tranne:
    - a) siero di latte utilizzato per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola;
    - b) lattio.
  8. Frutta a guscio, vale a dire: mandorle (*Amygdalus communis* L.), nocciole (*Corylus avellana*), noci (*Juglans regia*), noci di acagiù (*Anacardium occidentale*), noci di pecan [*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch], noci del Brasile (*Bertholletia excelsa*), pistacchi (*Pistacia vera*), noci macadamia o noci del Queensland (*Macadamia ternifolia*), e i loro prodotti, tranne per la frutta a guscio utilizzata per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola.
  9. Sedano e prodotti a base di sedano.
  10. Senape e prodotti a base di senape.
  11. Semi di sesamo e prodotti a base di semi di sesamo.
  12. Anidride solforosa e solfiti in concentrazioni superiori a 10 mg/kg o 10 mg/litro in termini di SO<sub>2</sub> totale da calcolarsi per i prodotti così come proposti pronti al consumo o ricostituiti conformemente alle istruzioni dei fabbricanti.
  13. Lupini e prodotti a base di lupini.
  14. Molluschi e prodotti a base di molluschi.
- (1) E i prodotti derivati, nella misura in cui la trasformazione che hanno subito non è suscettibile di elevare il livello di allergenicità valutato dall'Autorità per il prodotto di base da cui sono derivati.

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
1 Settimana; lunedì																	
	Risotto allo zafferano (3,7,9)																
		riso	50	3,7	0,15	40,65	169	70	5,18	0,21	56,91	236,6	80	5,92	0,24	65,04	270,4
		zafferano	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		brodo vegetale (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	14,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Bocconcini di pollo al pangrattato (1)																
		pollo	50	11,65	0,4	0	50	60	13,98	0,48	0	60	70	16,31	0,56	0	70
		pane grattugiato (1)	5	0,505	0,105	3,89	17,85	10	1,01	0,21	7,78	35,7	12	1,212	0,252	9,336	42,84
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Broccoli saltati*																
		*broccoli	100	3	0,4	3,1	33	150	4,5	0,6	4,65	49,5	200	6	0,8	6,2	66
		aglio	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Pane (1)																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	Frutta di stagione																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte
- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
1 Settimana; martedì																	
	Pasta olio e parmigiano (1,3,7)																
		pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	58,16	272,8
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Uova strapazzate al pomodoro (3,7)																
		uova (3) numero	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28
		pelati	40	0,48	0,2	1,2	8,8	50	0,6	0,25	1,5	11	60	0,72	0,3	1,8	13,2
		formaggio (7)	5	1,04	1,08	0,03	14,05	5	1,04	1,08	0,03	14,05	5	1,04	1,08	0,03	14,05
		latte (7)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Insalata verde																
		insalata verde	40	0,44	0,04	0,88	6,8	50	0,55	0,05	1,1	8,5	60	0,66	0,06	1,32	10,2
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Pane (1)																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	Frutta di stagione																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte
- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Arachidi, soia e latte
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
1 Settimana; mercoledì																	
	Zuppa di legumi con pastina (1,6,9)																
		pastina (1)	20	2,7	0,24	14,54	68,2	25	3,375	0,3	18,175	85,25	35	4,725	0,42	15,445	119,35
		legumi (6)	25	5,6	2,32	12,12	74,82	30	6,72	2,79	14,55	89,78	35	7,84	3,25	14,55	104,75
		brodo vegetale (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Formaggio dolce sardo (7)																
		formaggio dolce sardo (7)	40	8,4	11,2	0,8	137,6	50	10,5	14	1	172	60	12,6	16,8	1,2	206,4
	Purè di patate* (7)																
		*patate	100	2	0,1	16	71	140	2,8	0,14	22,4	100,8	160	3,2	0,16	25,6	115,2
		latte (7)	10	0,35	0,15	0,5	4,6	20	0,7	0,3	1	9,2	20	0,7	0,3	1	9,2
		burro (7)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Pane (1)																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	Frutta di stagione																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,55	2,4	28	104

\* il prociotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte
- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Amidi di soia e soia
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANA; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI	PROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	Kcal/porz	GRAMMI	PROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	Kcal/porz	GRAMMI	PROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	Kcal/porz	
			INFANZIA	ROTEINE	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA
1 Settimana; giovedì	Riso alla parmigiana (3,7)	riso	50	3,7	0,15	40,65	169	70	5,18	0,21	56,91	236,6	80	5,92	0,24	65,04	270,4	
		burro (7)	10	0,08	8,34	0,11	75,8	15	0,12	12,51	0,165	113,7	20	0,16	16,68	0,22	151,6	
		grana padano (8,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
		Merluzzo alla mugnaia*(1,4)	*merluzzo (4)	50	10,2	0,18	0	177,6	80	13,6	0,24	0	236,8	100	17	0,3	0	296
		farina (1)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		limone succo	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
		Crudité di verdure	verdure di stagione	100	7,6	1,9	32,3	33,2	150	11,4	2,85	48,45	49,8	200	15,2	3,8	64,6	66,4
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0			
Pane (1)	pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8		
Frutta di stagione	frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104		

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutina
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte
- (8) Frutta a guscio
- (9) Selenio e prodotti a base di selenio
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi







SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
2 Settimana; martedì	Pastina in brodo di carne (1,3,7,9)																
		pastina (1)	25	3,375	0,3	18,175	85,25	35	4,725	0,42	25,445	119,35	40	5,4	0,48	29,08	136,4
		brodo di carne (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,78	0,296	32,48
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Spezzatino di manzo con patate*(9)																
		manzo	50	16,56	2,16	0	86	60	19,872	2,592	0	103,2	70	23,284	3,024	0	120,4
		*patate	100	2	0,1	16	72	150	3	0,25	24	108	200	4	0,2	32	144
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Pane (1)																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	Frutta di stagione																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte
- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e sali
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



09 SET 2022



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI	INFANZIA	GRAMMI	ROTEINE	INFANZIA	GRAMMI	LIPIDI	INFANZIA	GRAMMI	GLUCIDI	INFANZIA	Kcal/porz	INFANZIA	GRAMMI	PRIMARIA	GRAMMI	PROTEINE	PRIMARIA	GRAMMI	LIPIDI	PRIMARIA	GRAMMI	GLUCIDI	PRIMARIA	Kcal/porz	PRIMARIA	GRAMMI	SECONDARIA	/ADULTI	GRAMMI	PROTEINE	SECONDARIA	GRAMMI	LIPIDI	SECONDARIA	GRAMMI	GLUCIDI	SECONDARIA	Kcal/porz	SECONDARIA	/ADULTI							
			2 Settimana; giovedì	Pasta al pesto (1,3,7,8)																																														
		pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	58,16	272,8																																	
		pesto confezionato (3,7,8)	20	2,2	4,36	0,36	50	25	2,75	5,45	0,45	62,5	30	3,3	6,54	0,54	75																																	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54																																	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0																																	
	Tortino di verdure*(1,3,7)																																																	
		uova (3) numero	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28																																	
		*verdure di stagione	30	2,28	0,57	9,69	9,96	50	3,8	0,95	16,15	16,6	60	4,56	1,14	19,38	19,92																																	
		formaggio (7)	15	3,12	3,24	0,09	42,15	15	3,12	3,24	0,09	42,15	15	3,12	3,24	0,09	42,15																																	
		latte (7)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																																	
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																																	
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																																	
		pane grattugiato (1)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																																	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54																																	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0																																	
	Insalata verde																																																	
		insalata verde	40	0,44	0,04	0,88	6,8	50	0,55	0,05	1,1	8,5	60	0,66	0,06	1,32	10,2																																	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54																																	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0																																	
	Pane (1)																																																	
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8																																	
	Frutta di stagione																																																	
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104																																	

\* il prociotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte
- (8) Frutta a guscio
- (9) Seldano e prodotti a base di seldano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Acido/rossi solforati e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

Biologa Nutrizionista  
Dott.ssa Federica Atzei  
Mau-AA\_074927











SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	Kcal/porz	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	Kcal/porz	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	Kcal/porz	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	Kcal/porz
			INFANZIA	ROTEINE	INFANZIA	INFANZIA	GLUCIDI	INFANZIA	INFANZIA	PRIMARIA	PROTEINE	PRIMARIA	LIPIDI	PRIMARIA	GLUCIDI	PRIMARIA	PRIMARIA	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	PRIMARIA	PROTEINE
3 Settimana; mercoledì																						
	Pasta al pomodoro (1,3,7,9)																					
		pesta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	30,8	0,96	58,16	272,8					
		pelati	65	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,5	90	1,08	0,45	2,7	19,8					
		carote	q.b.	/	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	q.b.	/	/	/	/					
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	q.b.	/	/	/	/					
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	q.b.	/	/	/	/					
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0	23,52	7	2,373	1,995	0	27,44	8	2,712	2,28	0	31,36					
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54					
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0					
	Frittata di verdure e formaggio* (3,7)																					
		uova (3) numero	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28					
		*verdure di stagione	40	3,04	0,76	12,92	13,28	50	3,8	0,95	16,15	16,6	60	4,56	1,14	19,58	19,92					
		formaggio (7)	15	3,12	3,24	0,09	42,15	15	3,12	3,74	0,09	42,15	15	3,12	3,24	0,09	42,15					
		latte (7)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/					
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/					
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/					
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54					
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0					
	Carote all'olio*																					
		*carote	100	1,1	0,2	7,6	41	150	1,65	0,3	11,4	61,5	200	2,2	0,4	15,2	82					
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54					
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0					
	Pane (1)																					
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8					
	Frutta di stagione																					
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	71	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104					

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- [1] Cereali e derivati a base di glutine
- [2] Crostacei e prodotti a base di crostacei
- [3] Uova e prodotti a base di uova
- [4] Pesce e prodotti a base di pesce
- [5] Arachidi e prodotti a base di arachidi
- [6] Soia e prodotti a base di soia
- [7] Latte e prodotti a base di latte
- [8] Frutta a guscio
- [9] Sedano e prodotti a base di sedano
- [10] Sesame e prodotti a base di sesame
- [11] Semi di sesamo e prodotti a base di sesame
- [12] Arachidi soforose e salifiti
- [13] Lupini e prodotti a base di lupini
- [14] Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI	INFANZIA	GRAMMI	ROTEINE	INFANZIA	GRAMMI	LIPIDI	INFANZIA	GRAMMI	GLUCIDI	INFANZIA	Kcal/porz	INFANZIA	GRAMMI	PRIMARIA	GRAMMI	PROTEINE	PRIMARIA	GRAMMI	LIPIDI	PRIMARIA	GRAMMI	GLUCIDI	PRIMARIA	Kcal/porz	PRIMARIA	GRAMMI	SECONDARIA	ADULTI	GRAMMI	PROTEINE	SECONDARIA	GRAMMI	LIPIDI	SECONDARIA	GRAMMI	GLUCIDI	SECONDARIA	Kcal/porz	ADULTI										
3 Settimana; giovedì	Vellutata di verdure con pasta* (1,3,7,9)																																																			
		pastina (1)	25	3,375	0,3	18,175	85,25	35	4,725	0,42	25,445	119,35	45	6,075	0,54	32,715	153,45																																			
		*verdure di stagione	70	5,32	1,33	22,61	23,24	80	6,08	1,52	25,84	26,56	90	6,84	1,71	29,07	29,88																																			
		q.b.	/	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																																			
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																																				
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																																				
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48																																			
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54																																			
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0																																			
		Bocconcini di pollo alle erbe (9)																																																		
		pollo	50	11,65	0,4	0	50	60	13,98	0,48	0	60	70	16,31	0,56	0	70																																			
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																																				
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																																				
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																																				
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																																				
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54																																			
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0																																			
		Patate croccanti*																																																		
		*patate	100	2	0,1	1,6	72	140	2,8	0,14	22,4	100,8	160	3,2	0,16	25,6	115,2																																			
		aglio	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																																				
		rosmarino	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																																				
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54																																			
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0																																			
		Pane (1)																																																		
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8																																			
Frutta di stagione																																																				
frutte di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104																																					

\* il prodotto potrebbe essere congelato.  
 (1) Cereali contenenti glutine  
 (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei  
 (3) Uovo e prodotti a base di uova  
 (4) Pesce e prodotti a base di pesce  
 (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi  
 (6) Soia e prodotti a base di soia  
 (7) Latte e prodotti a base di latte  
 (8) Frutta a guscio  
 (9) Sedano e prodotti a base di sedano  
 (10) Senape e prodotti a base di senape  
 (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo  
 (12) Anidride solforosa e solfiti  
 (13) Lupini e prodotti a base di lupini  
 (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	NUTRIZIONE															
			GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA	GRAMMI ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz ADULTI
3 Settimana; venerdì																		
	Riso olio e parmigiano (3,7)																	
		riso	50	3,7	0,15	40,65	169	70	5,18	0,21	56,91	236,6	80	5,92	0,24	65,04	270,4	
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Polpettone al sugo (1,3,7,9)																	
		suino	25	5,7	1,89	0	39,9	30	6,84	2,268	0	47,88	35	7,98	2,646	0	55,86	
		manzo	25	8,28	1,08	0	43	30	9,936	1,296	0	51,6	35	11,592	1,512	0	60,2	
		uova (3)	10	1,24	0,87	0	12,8	15	1,86	1,305	0	19,2	20	2,48	1,74	0	25,6	
		pane (1)	10	0,81	0,05	5,95	26,8	15	1,215	0,075	8,925	40,2	20	1,62	0,1	11,9	55,6	
		grana padano (3,7)	3	1,017	0,855	0,111	12,18	5	1,695	1,425	0,185	20,3	5	1,695	1,425	0,185	20,3	
		latte (7)	5	0,175	0,075	0,25	2,3	10	0,35	0,15	0,5	4,5	10	0,35	0,15	0,5	4,5	
		pelati	40	0,48	0,2	1,2	8,8	50	0,6	0,25	1,5	11	60	0,72	0,3	1,8	13,2	
		prezermola	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		aglio	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Carote julienne																	
		carote	100	1,1	0,2	7,6	41	150	1,65	0,3	11,4	61,5	200	2,1	0,4	15,2	82	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Pane (1)																	
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8	
	Frutta di stagione																	
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104	

\* il prociotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prociotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Anacardi e prociotti a base di anacardi
- (6) Sale e prociotti e base di sale
- (7) Latte e prodotti a base di latte
- (8) Frutto a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Saponi e prodotti a base di saponi
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prociotti a base di molluschi

Biologa Nutrizionista  
Dott.ssa Federica Atzei  
Milit. AA. 01/AS12/PE



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI		Kcal/porz		GRAMMI		Kcal/porz		GRAMMI		Kcal/porz	
			INFANZIA	ROTEINE	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	GLUCIDI	INFANZIA	INFANZIA	GLUCIDI	INFANZIA	ADULTI	ADULTI
4 Settimana: lunedì														
	<b>Risotto alla contadina*(3,7,9)</b>													
		riso	50	3,7	0,15	40,65	169	70	5,18	0,21	56,91	236,6	80	5,92
		*verdure di stagione	70	5,32	1,33	22,61	23,24	80	6,08	1,52	25,84	26,56	90	6,84
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	q.b.	/	
		brodo vegetale (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	q.b.	/	
		grana padano (3,7)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	q.b.	/	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	
	<b>Tortino di ricotta e spinaci*(1,3,7)</b>													
		uova (3)	3	0,372	0,261	0	3,84	5	0,62	0,435	0	6,4	6	
		ricotta (7)	50	4,4	5,45	1,75	73	60	5,28	6,54	2,1	87,5	80	
		*spinaci	30	0,84	0	0	4,5	50	1,4	0	0	7,5	60	
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	q.b.	/	
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	q.b.	/	
		pane grattugiato (1)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	q.b.	/	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	
	<b>Insalata verde</b>													
		insalata verde	40	0,44	0,04	0,88	6,8	50	0,55	0,05	1,1	8,5	60	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	
	<b>Pane (1)</b>													
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	
	<b>Frutta di stagione</b>													
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	150	

\* il prociotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte
- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANE: GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	NUTRIZIONE																
			GRAMMI INFANZIA	GRAMMI NOTERNE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI		
4 Settimana: martedì	Pasta alla pizzaiola (1)	pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	58,16	272,8		
		pelati	65	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,6	90	1,08	0,45	2,7	29,8		
		olive nere	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/		
		origano	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/		
		prezzemolo	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/		
		aglio	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/		
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54		
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0		
		Scaloppine di pollo al limone (1)	pollo	50	11,65	0,4	0	50	60	13,98	0,48	0	60	70	16,31	0,56	0	70	
			farina (1)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
			limone succo	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
			cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
			aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
			olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
			sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
			Spinaci all'olio*	*spinaci	100	2,8	0	0	15	150	4,2	0	0	22,5	200	5,6	0	0	30
				olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
				sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
		Pane (1)	pane (1)	40	3,74	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,75	29,75	134	60	4,85	0,3	35,7	160,8	
			frutta di stagione	frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uovo e prodotti a base di uova
- (4) Pesce o prodotti a base di pesce
- (5) Asciugati e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte
- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz ADULTI
4 Settimana; mercoledì	Vellutata di legumi con pasta (1,6,9)																
		pastina (1)	20	2,7	0,24	14,54	68,2	25	3,375	0,3	18,175	85,25	35	4,725	0,42	25,445	119,35
		legumi (6)	25	5,6	2,32	12,12	74,82	30	6,72	2,79	14,55	89,79	35	7,84	3,25	14,55	104,75
		brodo vegetale (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Formaggio dolce sardo (7)	formaggio dolce sardo (7)	40	8,4	11,2	0,8	137,6	50	10,5	14	1	172	60	12,6	16,8	2,2	206,4
	Patate al forno*																
		*patate	100	2	0,1	16	72	140	2,8	0,14	22,4	100,8	160	3,2	0,16	25,6	115,2
		rosmarino	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Pane (1)	pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	Frutta di stagione	frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte
- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
4 Settimana; giovedì	Risotto al pomodoro (3,7,9)																
		riso	50	3,7	0,15	40,65	169	70	5,18	0,21	56,91	236,6	80	5,92	0,24	65,04	270,4
		pelati	65	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,6	90	1,38	0,45	2,7	19,8
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolle	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		brodo vegetale (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,72	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Merluzzo gratinato* (1,4)																
		*merluzzo (4)	60	10,2	0,18	0	177,6	80	13,6	0,24	0	236,8	100	17	0,3	0	296
		pane grattugiato (1)	5	0,505	0,105	3,89	17,85	10	1,01	0,21	7,78	35,7	12	1,212	0,252	9,336	42,84
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Fagiolini all'olio*																
		*fagiolini	100	2,1	0,1	2,4	24	150	3,15	0,15	3,6	36	200	4,2	0,2	4,8	48
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Pane (1)																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	25,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	Frutta di stagione																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latticini e prodotti a base di latte
- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Sempino e prodotti a base di sempino
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anetide solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Mollicchi e prodotti a base di mollicchi



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	Kcal/porz	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI
			INFANZIA	ROTEINE	INFANZIA	LIPIDI	INFANZIA	GLUCIDI	INFANZIA	INFANZIA	PRIMARIA	PROTEINE	PRIMARIA	LIPIDI	PRIMARIA	GLUCIDI	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA
4 Settimana; venerdì	Pizza margherita (1,7)																			
		pizza rossa (1)	80	5,08	5,28	32,56	198,4	100	7,6	6,6	40,7	248	120	9,12	7,92	48,84	297,6			
		mozzarella (7)	30	5,61	5,85	0,21	75,9	40	7,48	7,8	0,28	101,2	60	11,22	11,7	0,42	251,8			
		Prosciutto cotto																		
		prosciutto cotto	25	3,925	1,9	0,425	34,5	30	4,71	2,28	0,51	41,4	35	5,495	2,66	0,595	48,3			
		Insalata mista																		
		insalata verde	20	0,22	0,02	0,44	3,4	25	0,275	0,025	0,55	4,25	30	0,33	0,03	0,66	5,1			
		verdure di stagione	50	3,8	0,95	16,15	16,6	80	6,08	1,52	25,84	26,56	100	7,6	1,9	32,3	33,2			
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54			
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0			
		Pane (1)																		
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8			
		Frutta di stagione																		
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104			

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uovo e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Seme e prodotti a base di sesamo
- (7) Latte e prodotti a base di latte
- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Seme di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Melluschi e prodotti a base di melluschi







SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI	INFANZIA	GRAMMI	ROTEINE	INFANZIA	GRAMMI	LIPIDI	INFANZIA	GRAMMI	GLUCIDI	INFANZIA	Kcal/porz	INFANZIA	GRAMMI	PRIMARIA	GRAMMI	PROTEINE	PRIMARIA	GRAMMI	LIPIDI	PRIMARIA	GRAMMI	GLUCIDI	PRIMARIA	Kcal/porz	PRIMARIA	GRAMMI	SECONDARIA	/ADULTI	GRAMMI	PROTEINE	SECONDARIA	GRAMMI	LIPIDI	SECONDARIA	GRAMMI	GLUCIDI	SECONDARIA	Kcal/porz	SECONDARIA	/ADULTI							
			5 Settimana; martedì	Pastina in brodo vegetale (1,3,7,9)	pastina (1)	25	3,375	0,3	18,175	85,25	35	4,725	0,42	25,465	119,35	40	5,4	0,48	29,08	136,4																														
		brodo vegetale (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																																	
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																																	
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																																	
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																																	
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48																																	
		olio evo	4	0	4	0	35	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54																																	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0																																	
	Lonza di suino agli aromi (9)	suino	50	11,4	3,78	0	79,8	60	13,68	4,536	0	95,76	70	15,96	5,292	0	111,72																																	
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																																	
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																																	
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																																	
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																																	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54																																	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0																																	
	Patate croccanti*	*patate	200	2	0,1	16	72	140	2,8	0,14	22,4	100,8	160	3,2	0,16	25,6	115,2																																	
		aglio	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																																	
		rosmarino	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																																	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54																																	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0																																	
	Pane (1)	pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8																																	
	Frutta di stagione	frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104																																	

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte
- (8) Frutta a guscio
- (9) Senape e prodotti a base di senape
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Arachidi soforosa e sofori
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

SETTIMANA; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
5 Settimana; mercoledì	<b>Fregola al pesto (1,3,7,8)</b>																
		fregola (1)	50	7	1,05	32	172,5	70	9,8	1,47	44,8	241,5	80	11,2	1,68	51,2	276
		pesto confezionato (3,7,8)	20	2,2	4,36	0,36	50	25	2,75	5,45	0,45	62,5	30	3,3	6,54	0,54	75
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Bocconcini di pollo alle verdure*(9)</b>																
		pollo	50	11,65	0,4	0	50	60	13,98	0,48	0	60	70	16,31	0,56	0	70
		*verdure di stagione	60	4,56	1,14	19,38	19,32	65	4,94	1,235	20,995	21,58	70	9,32	1,33	22,61	23,24
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Cruditè di verdure</b>																
		verdure di stagione	100	7,6	1,9	32,3	33,2	150	11,4	2,85	48,45	49,8	200	15,2	3,8	64,6	66,4
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Pane (1)</b>																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	25,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	<b>Frutta di stagione</b>																
		frutte di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* Il prociotto potrebbe essere congelato.

- [1] Cereali contenenti glutine
- [2] Crostacei e prodotti a base di crostacei
- [3] Uova e prodotti a base di uova
- [4] Pesce e prodotti a base di pesce
- [5] Arachidi e prodotti a base di arachidi
- [6] Soia e prodotti a base di soia
- [7] Latte e prodotti a base di latte
- [8] Frutto a guscio
- [9] Sedano e prodotti a base di sedano
- [10] Senape e prodotti a base di senape
- [11] Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- [12] Andricce soforose e soforiti
- [13] Lupini e prodotti a base di lupini
- [14] Molluschi e prodotti a base di molluschi

SETTIMANA; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI	INFANZIA	GRAMMI	ROTEINE	INFANZIA	GRAMMI	LIPIDI	INFANZIA	GRAMMI	GLUCIDI	INFANZIA	Kcal/porz	INFANZIA	GRAMMI	PRIMARIA	GRAMMI	PROTEINE	PRIMARIA	GRAMMI	LIPIDI	PRIMARIA	GRAMMI	GLUCIDI	PRIMARIA	Kcal/porz	PRIMARIA	GRAMMI	SECONDARIA	ADULTI	GRAMMI	PROTEINE	SECONDARIA	GRAMMI	LIPIDI	SECONDARIA	GRAMMI	GLUCIDI	SECONDARIA	Kcal/porz	SECONDARIA	ADULTI						
5 Settimana; giovedì	Riso alla parmigiana (3,7)																																																
		riso	50		3,7		0,15		40,65		169		70	5,18		0,21	56,91		236,6		80		5,92		0,24	65,04		270,4																					
		burro (7)	10		0,08		8,34		0,11		75,8		15	0,12		12,51		0,165		113,7		20		0,16		16,68		0,22																					
		grana padano (3,7)	6		2,034		1,71		0,222		24,36		7	2,373		1,995		0,259		28,42		8		2,712		2,28		0,296																					
		olio evo	4		0		4		0		36		5	0		5		0		45		6		0		6		0																					
		sale	1		0		0		0		0		1	0		0		0		0		1		0		0		0																					
	Frittata di piselli*(3,7)																																																
		uova (3) numero	1		0,124		0,087		0		1,28		1	0,124		0,087		0		1,28		1		0,124		0,087		0		1,28																			
		*piselli	30		1,62		0,09		1,95		18,3		35	1,89		0,105		2,275		21,35		40		2,16		0,12		2,6		24,4																			
		formaggio (7)	15		3,12		3,24		0,09		42,15		20	4,16		4,32		0,12		56,2		25		5,2		3,4		0,15		70,25																			
		latte (7)	q.b.		/		/		/		q.b.		/		/		/		q.b.		/		q.b.		/		/		/																				
		aromi	q.b.		/		/		/		q.b.		/		/		/		q.b.		/		q.b.		/		/		/																				
		cipolla	q.b.		/		/		/		q.b.		/		/		/		q.b.		/		q.b.		/		/		/																				
		olio evo	4		0		4		0		36		5	0		5		0		45		6		0		6		0																					
		sale	1		0		0		0		0		1	0		0		0		0		1		0		0		0																					
	Broccoli all'olio*																																																
		*broccoli	100		3		0,4		3,1		33		150	4,5		0,6		4,65		49,5		200		6		0,8		6,2		66																			
		olio evo	4		0		4		0		36		5	0		5		0		45		6		0		6		0																					
		sale	1		0		0		0		0		1	0		0		0		0		1		0		0		0																					
	Pane (1)																																																
		pane (1)	40		3,24		0,2		23,8		107,2		50	4,05		0,25		25,75		134		60		4,86		0,3		35,7		160,8																			
	Frutta di stagione																																																
		frutta di stagione	150		0,4425		1,8		21		78		150	0,4425		1,8		21		78		200		0,59		2,4		28		104																			

\* il prodotto potrebbe essere congelato.  
 (1) Cereali contenenti glutine  
 (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei  
 (3) Uovo e prodotti a base di Uova  
 (4) Pesce e prodotti a base di pesce  
 (5) Alcazidi e prodotti a base di alcazidi  
 (6) Sola e prodotti a base di sola  
 (7) Latte e prodotti a base di latte  
 (8) Frutta a guscio  
 (9) Sedano e prodotti a base di sedano  
 (10) Senape e prodotti a base di senape  
 (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo  
 (12) Anidride solforosa e solfiti  
 (13) Lupini e prodotti a base di lupini  
 (14) Mellicchi e prodotti a base di mellicchi

Biologa Nutrizionista  
 Dott.ssa Federica Atzei  
 Matr. AA\_074327  
*Federica Atzei*

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI		Kcal/porz		GRAMMI		Kcal/porz		GRAMMI		Kcal/porz					
			INFANZIA	ADULTI	INFANZIA	ADULTI	INFANZIA	ADULTI	INFANZIA	ADULTI	INFANZIA	ADULTI						
5 Settimana; venerdì	Pasta al ragù (1,3,7,9)	pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	58,16	272,8	
		pelati	55	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,6	90	1,08	0,45	2,7	19,8	
		carne vitello/ne	20	4,3	0,48	0	21,6	25	5,375	0,6	0	27	30	6,45	0,72	0	32,4	
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,75	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
		Platessa alle verdure*(4,9)	*platessa (4)	40	4,4	4,04	6	75,4	50	5,5	5,05	7,5	95,5	60	6,6	6,06	9	114,6
			*verdure di stagione	60	4,36	1,14	19,38	19,92	65	4,94	1,235	20,995	21,58	70	5,32	1,33	22,61	23,24
			carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
			sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
			cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
			aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
olio evo	4		0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54		
sale	1		0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0		
Insalata verde	insalata verde		40	0,44	0,04	0,88	6,8	50	0,55	0,05	1,1	8,5	60	0,66	0,06	1,32	10,2	
	olio evo		4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
	sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0		
Pane (1)	pane (1)	40	3,74	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8		
	frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104		

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi o prodotti a base di arachidi
- (6) Soia o prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte
- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano o prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e sali
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi





SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI PROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
6 Settimana; martedì																	
	<b>Tortellini al pomodoro*(1,3,7,8,9)</b>	<b>*tortellini (1,3,7,8,9)</b>	120	18,84	12,96	69,12	454,8	140	21,98	15,12	80,64	530,6	160	25,12	17,28	92,16	606,4
		pelati	65	0,78	0,925	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,6	90	1,08	0,45	2,7	19,8
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		grana padano (3,7)	6	2,094	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Merluzzo gratinato*(1,4)</b>	<b>*merluzzo (4)</b>	60	10,2	0,18	0	177,6	80	13,6	0,24	0	236,8	100	1,7	0,3	0	296
		pane grattugiato (1)	5	0,505	0,105	3,89	17,85	10	1,01	0,21	7,78	35,7	12	1,212	0,252	9,336	42,84
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Insalata verde</b>	<b>insalata verde</b>	40	0,44	0,04	0,88	6,8	50	0,55	0,05	1,1	8,5	60	0,66	0,06	1,32	10,2
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Pomodori in insalata</b>	<b>insalata verde</b>	20	0,22	0,02	0,44	3,4	25	0,275	0,025	0,55	4,25	30	0,33	0,03	0,66	5,1
		pomodori	50	0,6	0,1	1,4	9,5	80	0,96	0,16	2,24	15,2	100	1,2	0,2	2,8	19
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Pane (1)</b>	<b>pane (1)</b>	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	<b>Frutta di stagione</b>	<b>frutta di stagione</b>	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

- \* il prosciutto potrebbe essere congelato.
- (1) Cereali contenenti glutine
  - (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
  - (3) Uova e prodotti a base di uova
  - (4) Pesce e prodotti a base di pesce
  - (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
  - (6) Soia e prodotti a base di soia
  - (7) Latte e prodotti a base di latte
  - (8) Frutta a guscio
  - (9) Sedano e prodotti a base di sedano
  - (10) Senape e prodotti a base di senape
  - (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
  - (12) Anidride solforosa e solfiti
  - (13) Lupini e prodotti a base di lupini
  - (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI	ROTEINE	GLUCIDI	Kcal/porz	GRAMMI	PROTEINE	GRAMMI	GLUCIDI	Kcal/porz	GRAMMI	PROTEINE	GRAMMI	GLUCIDI	Kcal/porz
			INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA
6 Settimana; mercoledì	Riso al latte (3,7)															
		riso	50	3,7	0,15	40,65	169	70	5,18	0,21	56,91	236,6	80	5,92	0,24	65,04
		latte (7)	10	0,35	0,15	0,5	4,6	20	0,7	0,3	1	9,2	20	0,7	0,3	1
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0
	Polpettone al forno (1,3,7)															
		suino	25	5,7	1,89	0	99,9	30	6,84	2,268	0	47,88	35	7,98	2,846	0
		manzo	25	8,28	1,08	0	43	30	9,936	1,296	0	51,6	35	11,592	1,512	0
		uova (3)	10	1,24	0,87	0	12,8	15	1,86	1,305	0	19,2	20	2,48	1,74	0
		pane (1)	10	0,81	0,05	5,95	26,8	15	1,215	0,075	8,925	40,2	20	1,62	0,1	11,0
		grana padano (3,7)	3	1,017	0,855	0,111	12,18	3	1,017	0,855	0,111	12,18	5	1,695	1,425	0,185
		latte (7)	5	0,175	0,075	0,25	2,3	10	0,35	0,15	0,5	4,6	10	0,35	0,15	0,5
		prezemolo	q.b.	/	/	/	/	/	/	/	/	/	q.b.	/	/	/
		aglio	q.b.	/	/	/	/	/	/	/	/	/	q.b.	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0
	Finocchi gratinati (1)															
		finocchi	100	2,2	0	1	9	150	1,8	0	1,5	13,5	200	3,6	0	3
		pane grattugiato (1)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0
	Pane (1)															
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7
	Frutta di stagione															
		frutta di stagione	150	0,1425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28

\* il prosciutto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte
- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Sempino e prodotti a base di sennamo
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

Biologa Nutrizionista  
Dott.ssa Federica Atzei  
Mestr. SA. 074327





SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI	INFANZIA	GRAMMI	ROTEINE	INFANZIA	GRAMMI	LIPIDI	INFANZIA	GRAMMI	GLUCIDI	INFANZIA	Kcal/porz	INFANZIA	GRAMMI	PRIMARIA	GRAMMI	PROTEINE	PRIMARIA	GRAMMI	LIPIDI	PRIMARIA	GRAMMI	ELUCIDI	PRIMARIA	Kcal/porz	PRIMARIA	GRAMMI	SECONDARIA	/ADULTI	GRAMMI	PROTEINE	SECONDARIA	GRAMMI	LIPIDI	SECONDARIA	GRAMMI	GLUCIDI	SECONDARIA	Kcal/porz	SECONDARIA	/ADULTI										
			6 Settimana; giovedì	Zuppa di legumi con pastina (1,6,9)	pastina (1)	20	2,7	0,24	14,54	68,2	25	3,375	0,3	18,175	85,25	35	4,725	0,42	25,445	119,35																																	
		legumi (6)	25	5,6	2,32	12,12	74,82	30	6,72	2,79	14,55	89,79	35	7,84	3,25	14,55	104,75																																				
		brodo vegetale (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																																				
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																																				
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																																				
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54																																				
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0																																				
		Formaggio dolce sardo (7)																																																			
		formaggio dolce sardo (7)	40	8,4	11,2	0,8	137,6	50	10,5	14	1	172	60	12,6	16,8	1,2	206,4																																				
		Purè di patate* (7)																																																			
		*patate	100	2	0,1	16	72	140	2,8	0,14	22,4	100,8	160	3,2	0,16	25,6	115,2																																				
		latte (7)	10	0,35	0,15	0,5	4,6	20	0,7	0,3	1	9,2	20	0,7	0,3	1	9,2																																				
		burro (7)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																																				
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54																																				
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0																																				
		Pane (1)																																																			
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8																																				
		Frutta di stagione																																																			
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104																																				

\* il prodotto potrebbe essere targetato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte
- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Semepe e prodotti a base di semepe
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesame
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI	INFANZIA	GRAMMI	ROTEINE	INFANZIA	GRAMMI	INFANZIA	GRAMMI	GLUCIDI	INFANZIA	Kcal/porz	INFANZIA	GRAMMI	PRIMARIA	GRAMMI	PROTEINE	PRIMARIA	GRAMMI	LIPIDI	PRIMARIA	GRAMMI	GLUCIDI	PRIMARIA	Kcal/porz	PRIMARIA	GRAMMI	SECONDARIA	/ADULTI	GRAMMI	PROTEINE	SECONDARIA	GRAMMI	LIPIDI	SECONDARIA	GRAMMI	GLUCIDI	SECONDARIA	Kcal/porz	SECONDARIA	/ADULTI						
			6 Settimana; venerdì	Mallorredus al pomodoro (1,3,7,9)	mallorredus (1)	50	5,75	0,65	36,75	1,77	70	9,45	0,91	51,45	247,8	80	10,8	1,04	58,8	283,2																												
		pelati	65	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,5	90	1,08	0,45	2,7	19,8																															
		carota	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																															
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																															
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																															
		basilico	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																															
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,75	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48																															
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54																															
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0																															
	Frittata di verdure e formaggio*(3,7)	uova (3) numero	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28																															
		*verdure di stagione	40	3,04	0,75	12,92	13,28	50	3,8	0,95	16,15	16,6	60	4,56	1,14	19,92	19,92																															
		formaggio (7)	15	3,12	3,24	0,09	42,15	15	3,12	3,24	0,09	42,15	15	3,12	3,24	0,09	42,15																															
		latte (7)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																															
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																															
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/																															
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54																															
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0																															
	Insalata mista	insalata verde	20	0,22	0,02	0,44	3,4	25	0,275	0,025	0,55	4,25	30	0,33	0,03	0,66	5,1																															
		verdure di stagione	50	3,8	0,95	16,15	16,6	80	6,08	1,52	25,84	26,56	100	7,6	1,9	32,3	33,2																															
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54																															
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0																															
	Pane (1)	pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8																															
	Frutta di stagione	frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104																															

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Seno e prodotti a base di seno
- (7) Latte e prodotti a base di latte
- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Andricio soforoso e salifiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	Kcal/porz	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	Kcal/porz	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	Kcal/porz
			INFANZIA	ROTEINE	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	GLUCIDI	INFANZIA	INFANZIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA
7 Settimana; lunedì	Pasta ai ragù vegetale* (1,3,7,9)																		
		pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7		80	10,8	0,96	58,16	272,8	
		pelati	65	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,6		90	1,08	0,45	2,7	19,8	
		*carote,verza,zucca,zucchina	70	0,77	0,14	5,32	28,7	80	0,88	0,16	6,08	32,8		90	0,99	0,18	6,84	36,9	
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/		q.b.	/	/	/	/	
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/		q.b.	/	/	/	/	
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42		8	2,712	2,78	0,296	32,48	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45		6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0		1	0	0	0	0	
	Provolone dolce (7)	provolone dolce (7)	40	13,2	10,4	0,8	144	50	16,5	13	1	180		60	19,8	15,6	1,2	216	
	Cavoli prezzemolati*																		
		*cavoli	100	3,2	0,2	2,7	30	150	4,8	0,3	4,05	45		200	6,4	0,4	5,4	60	
		prezzemolo	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/		q.b.	/	/	/	/	
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/		q.b.	/	/	/	/	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45		6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0		1	0	0	0	0	
	Pane (1)	pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134		60	4,86	0,3	35,7	160,8	
	Fruita di stagione	frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78		200	0,59	2,4	28	104	

\* Il prociotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali e derivati a base di grano duro
- (2) Cereali e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte
- (8) Frutta e puscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Semi e prodotti a base di semi
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

Biologa Nutrizionista  
Dott.ssa Federica Atzei  
Matr. AA\_074327

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
7 Settimana; martedì																	
	<b>Risotto alla crema di piselli*(3,7,9)</b>																
		riso	50	3,7	0,15	40,65	169	70	5,18	0,21	56,91	236,6	90	5,92	0,24	65,04	270,4
		*piselli in crema	60	3,24	0,18	3,9	36,6	70	3,78	0,21	4,55	42,7	90	4,32	0,24	5,2	48,8
		*verdure miste per brodo veg (9)	70	3,7	0,75	15,7	78	80	5,8	1,2	24,6	122	90	6,6	1,35	28,2	140
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	6	2,712	2,28	0,296	32,48
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		prezzemolo	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		basilico	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Bocconcini di pollo al pangrattato (1)</b>																
		pollo	50	11,65	0,4	0	50	60	13,98	0,48	0	60	70	16,31	0,56	0	70
		pane grattugiato (1)	5	0,505	0,105	3,89	17,85	10	1,01	0,21	7,78	35,7	12	1,212	0,252	9,336	42,64
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Broccoli all'olio*</b>																
		*broccoli	100	3	0,4	3,1	33	150	4,5	0,6	4,85	49,5	200	6	0,8	6,2	66
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Pane (1)</b>																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	<b>Frutta di stagione</b>																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* il prodotto dovrebbe essere congelato.

- (1) Cereali senza glutine
- (2) Carni e prodotti a base di crostacei
- (3) Uovo e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte
- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Serrano e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anice verde soffocato e soffiati
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI	PROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	kcal/porz	GRAMMI	PROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	kcal/porz	GRAMMI	PROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	kcal/porz	
			INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	ADULTI	ADULTI	ADULTI	ADULTI
7 Settimana; mercoledì	Pasta al pomodoro (1,3,7,9)																	
		pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	58,16	272,8	
		pelati	55	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,5	90	1,08	0,45	2,7	19,8	
		carote	q.b.	/	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0	23,52	7	2,373	1,995	0	27,44	8	2,712	2,28	0	31,36	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Gateau di patate*(1,3,7)																	
		uova (3) numero	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28	
		*patate	20	0,4	0,02	3,2	24,4	40	0,8	0,04	6,4	28,8	50	1	0,05	8	36	
		formaggio (7)	10	2,08	2,16	0,06	28,1	10	2,08	2,16	0,06	28,1	10	2,08	2,16	0,06	28,1	
		latte (7)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		pane grattugiato (1)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Insalata verde																	
		insalata verde	40	0,44	0,04	0,88	6,8	50	0,55	0,05	1,1	8,5	60	0,66	0,06	1,32	10,2	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Pane (1)																	
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8	
	Frutta di stagione																	
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104	

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte
- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Aniside sofforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
7 Settimana; giovedì																	
	Riso olio e parmigiano (3,7)																
		riso	50	3,7	0,15	40,65	169	70	5,18	0,21	56,91	236,6	80	5,92	0,24	65,04	270,4
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Merluzzo alla pizzaiola*(4)																
		*merluzzo (4)	60	10,2	0,18	0	177,6	80	13,6	0,24	0	236,8	100	17	0,3	0	296
		pelati	20	0,24	0,1	0,6	4,4	30	0,36	0,15	0,9	6,6	30	0,36	0,15	0,9	6,6
		olive nere	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		origano	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Cruditè di verdure																
		verdure di stagione	100	7,6	1,9	32,3	33,2	150	11,4	2,85	48,45	49,8	200	15,2	3,8	64,6	66,4
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Pane (1)																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	Frutta di stagione																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte
- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	Kcal/porz	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	Kcal/porz	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	Kcal/porz
			INFANZIA	ROTEINE	INFANZIA	INFANZIA	INFANZIA	GLUCIDI	INFANZIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	LIPIDI	PRIMARIA	GLUCIDI	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA
7 Settimana; venerdì	Pastina in brodo di carne (1,3,7,9)																			
		pastina (1)	25	3,375	0,3	18,175	85,25	35	4,725	0,42	25,445	119,35	40	5,4	0,48	29,08	136,4			
		brodo di carne (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/	/	/
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/	/	/
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/	/	/
		grana padano (3,7)	6	2,094	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48			
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54			
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0			
	Spezzatino di manzo con patate*(5)																			
		manzo	50	16,56	2,16	0	86	60	19,872	2,592	0	103,7	70	23,184	3,024	0	120,4			
		*patate	100	2	0,1	16	72	150	3	0,15	24	106	200	4	0,2	32	144			
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/	/	/
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54			
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0			
	Pane (1)																			
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8			
	Frutta di stagione																			
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104			

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte
- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Selenio e prodotti a base di selenio
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e sali
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi



Table with 18 columns representing nutritional values (Grammi, Proteine, Lipidi, Glucidi, Kcal) and 10 rows of ingredients including Pasta olio e parmigiano, Prosciutto cotto, Bieta ripassata, Pane, and Frutta di stagione.

\* Il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Carneili contenenti glutine
(2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
(3) Uovo e prodotti a base di uova
(4) Pesce e prodotti a base di pesce
(5) Anacardi e prodotti a base di anacardi
(6) Sodio e prodotti a base di sodio
(7) Latte e prodotti a base di latte
(8) Frutta a guscio
(9) Selenio e prodotti a base di selenio
(10) Senape e prodotti a base di senape
(11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
(12) Anidride solforosa e solfiti
(13) Lupini e prodotti a base di lupini
(14) Mellucchi e prodotti a base di mellucchi





SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	Kcal/porz	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	GRAMMI	Kcal/porz			
			INFANZIA	ROTEINE INFANZIA	LIPIDI	INFANZIA	GLUCIDI INFANZIA	INFANZIA	PRIMARIA	PROTEINE PRIMARIA	LIPIDI	PRIMARIA	GLUCIDI PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	PRIMARIA	ADULTI	PROTEINE SECONDARIA	GLUCIDI SECONDARIA	LIPIDI	SECONDARIA	GLUCIDI SECONDARIA
6 Settimana; martedì	<b>Pasta al ragù (1,3,7,9)</b>																						
		pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	58,16	272,8						
		pelati	65	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,95	0,4	2,4	17,6	90	1,08	0,45	2,7	19,8						
		carne vitello/ma	20	4,3	0,48	0	21,6	25	5,375	0,6	0	27	30	6,45	0,72	0	32,4						
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/						
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/						
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/						
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48						
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54						
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0						
	<b>Platessa gratinata*(1,4)</b>																						
		*platessa (4)	60	6,6	6,06	9	124,6	80	8,8	8,08	12	152,8	100	11	10,1	15	191						
		pane grattugiato (1)	5	0,505	0,105	3,89	17,85	10	1,01	0,21	7,78	35,7	12	1,212	0,252	9,336	42,84						
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/						
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54						
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0						
	<b>Insalata verde</b>																						
		insalata verde	40	0,44	0,04	0,88	6,8	50	0,55	0,05	1,1	8,5	60	0,66	0,06	1,32	10,2						
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54						
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0						
	<b>Pane (1)</b>																						
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8						
	<b>Frutta di stagione</b>																						
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	250	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104						

\* il prodotto dovrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostaceo
- (3) Uovo e prodotti a base di uovo
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Anacardi e prodotti a base di anacardi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte
- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride solforosa e solfiti
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Mellissini e prodotti a base di mellissini

*Federica Atzei*  
Biologa Nutrizionista  
Dott.ssa Federica Atzei  
Matr. AA\_074327



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	Nutrienti per 100g														Kcal/porz /ADULTI	
			GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA		Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
8 Settimana; mercoledì																		
	Vellutate di legumi con pasta (1,6,9)																	
		pastina (1)	20	2,7	0,24	14,54	68,2	25	3,375	0,3	18,175	85,25	35	4,725	0,42	25,445	119,35	
		legumi (6)	25	5,6	2,32	12,12	74,82	30	6,72	2,79	14,55	89,79	35	7,84	3,25	14,55	104,75	
		brodo vegetale (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Bocconcini di pollo alle erbe (9)																	
		pollo	50	11,65	0,4	0	50	60	13,98	0,48	0	60	70	16,31	0,56	0	70	
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Patate al forno*																	
		*patate	100	2	0,1	16	72	140	2,8	0,14	22,4	100,8	160	3,2	0,18	25,6	115,2	
		rosmarino	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Pane (1)																	
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8	
	Frutta di stagione																	
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104	

\* il prodotto potrebbe essere congelato.

(1) Cereali contenenti glutine  
 (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei  
 (3) Uova e prodotti a base di uova  
 (4) Pesce e prodotti a base di pesce  
 (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi  
 (6) Soia e prodotti a base di soia  
 (7) Latte e prodotti a base di latte  
 (8) Frutta a guscio  
 (9) Senape e prodotti a base di senape  
 (10) Senape e prodotti a base di senape  
 (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo  
 (12) Anidride solforosa e solfiti  
 (13) Lupini e prodotti a base di lupini  
 (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

Biologa Nutrizionista  
 Dott.ssa Federica Apei  
 Mod-AE-054327





SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA INFANZIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA ADULTI
8 Settimana; venerdì																	
	<b>Risotto al pomodoro (3,7,9)</b>																
		riso	50	3,7	0,15	40,65	169	70	5,18	0,21	56,91	236,6	80	5,92	0,24	65,04	270,4
		pelati	55	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,6	90	1,08	0,45	2,7	19,8
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		brodo vegetale (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Tortino di ricotta e spinaci*(1,3,7)</b>																
		uova (3)	3	0,372	0,261	0	3,84	5	0,62	0,435	0	6,4	6	0,744	0,522	0	7,68
		ricotta (7)	50	4,4	5,45	1,75	73	60	5,28	6,54	2,1	87,6	80	7,04	8,72	2,8	116,8
		*spinaci	30	0,84	0	4,5	50	1,4	0	0	7,5	60	1,68	0	0	9	
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		pane grattugiato (1)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Carote all'olio*</b>																
		*carote	100	1,1	0,2	7,6	41	150	1,85	0,3	11,4	61,5	200	2,2	0,4	15,2	82
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	<b>Pane (1)</b>																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	<b>Frutta di stagione</b>																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

\* i prodotti potrebbero essere congelati.

- (1) Cereali contenenti glutine
- (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e prodotti a base di soia
- (7) Latte e prodotti a base di latte
- (8) Frutta a guscio
- (9) Sedano e prodotti a base di sedano
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Anidride zaffiro e sale
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

Cagliari, 08 settembre 2022

Spett. le CAMST Soc. Coop. a.r.l.  
Area Centro Sud  
Alla c/a Responsabile  
Dott. Gian Luca Pintus

PEC: camst\_centrosud@legalmail.it

**Oggetto: Approvazione tabelle dietetiche mense scolastiche di ogni ordine e grado per il Comune di Cagliari e per il Comune di Sestu, a decorrere dall'anno scolastico 2022/2023.**

Con riferimento alla Vostra richiesta pec del 30 agosto 2022 ed alla successiva modifica al menù pervenuta via pec in data 08 settembre 2022, valutati i documenti allegati:

- Menù articolato in 8 settimane per la stagione estiva, completo di ricettario, grammature e indicazione degli allergeni – Allegato II del Reg. UE 1169/2011,
- Menù articolato in 8 settimane per la stagione invernale, completo di ricettario, grammature e indicazione degli allergeni – Allegato II del Reg. UE 1169/2011,

**Questo Servizio APPROVA le tabelle dietetiche di cui all'oggetto.**

Il menù allegato è da ritenersi validato solo se accompagnato dal presente documento di cui costituisce parte integrante.

L'approvazione del menù è valida con decorrenza immediata e fino a nuove comunicazioni.

Cordiali saluti

Il Dirigente medico del Servizio Igiene degli Alimenti e Nutrizione

*Dott. ssa Gabriella Carta*

Carta Gabriella  
Firmato digitalmente da Carta Gabriella  
Data: 2022.09.08 14:31:58 +02'00'

ASL8 - Cagliari  
Data: 2022-09-09 07:46:22.0, PG/2022/126717

**ASL Cagliari**  
Sede: Via Piero Della Francesca, 01  
09047 Selargius (CA)

**Dipartimento di Prevenzione Zona Sud Sardegna**  
Direttore Dottor Angelo Biggio  
Sede: Via Romagna, 16- Padiglione D  
09127 Cagliari  
Segreteria tel.070/47443918-47443921  
mail: [dipartimentoprevenzione.asslcagliari@atssardegna.it](mailto:dipartimentoprevenzione.asslcagliari@atssardegna.it)

**S.C. Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione ASL Cagliari**  
Direttore Dottor Iginio Pintor  
Sede: Via San Lucifero, 77 09127 - Cagliari  
Tel. 070/6094809  
pec: [sian.suap@pec.aslcagliari.it](mailto:sian.suap@pec.aslcagliari.it)  
email: [igienealimenti.asslcagliari@atssardegna.it](mailto:igienealimenti.asslcagliari@atssardegna.it)