

Scuole dell'Infanzia, Primarie e Secondarie di I grado

Menù Primavera-Estate

Senza Glutine  
A.S. 2023/2024

**Dott. ssa Maria Francesca Santulli**  
Biologa Nutrizionista  
Ordine dei Biologi della Calabria n° Cal\_A 1304  
C.F. SMF/MFR 8002 H579N  
santulli.mariafrancesca@biologo.onb.it



Settimana

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Pasta s/ glutine al pomodoro	Pasta s/ glutine alla norma	Risotto giallo con zucchine	Pasta s/ glutine e ceci	Pasta s/ glutine al sugo di tonno
Coscia di pollo al forno	Mozzarella	Pizzaiola di vitello	Prosciutto Cotto s.p. s/ glutine (da alternare con Fesa di Tacchino/Bresaola)	Filetto di platessa al limone
Patate al forno	Insalata di pomodori	Spinaci gratinati**	Insalata verde	Carote prezzemolate
PANE S/GLUTINE	PANE S/GLUTINE	PANE S/GLUTINE	PANE S/GLUTINE	PANE S/GLUTINE
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*



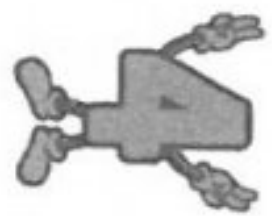
Settimana

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Minestrone con pasta s/ glutine	Pasta s/ glutine pasticciata al forno	Pasta s/ glutine al pomodoro	Pasta s/ glutine, pesto e pomodorini	Riso e fagioli
Birbe di pollo**	Formaggio cremoso	Hamburger di vitello	Crocchette di merluzzo**	Citrici di patate**
Purca di patate	Insalata verde mista	Bastoncini di zucchine croccanti**	Carote aromatizzate	Bietola all'olio
PANE S/GLUTINE	PANE S/GLUTINE	PANE S/GLUTINE	PANE S/GLUTINE	PANE S/GLUTINE
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*



Settimana

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Risotto alla parmigiana	Pasta s/ glutine al pomodoro	Pasta s/ glutine e piselli	Pasta s/ glutine, tonno e zucchine	Pasta s/ glutine dell'ortolano
Prosciutto Cotto s.p. s/ glutine (da alternare con Fesa di Tacchino/Bresaola)	Coscia di pollo al forno	Polpette di vitello al sugo**	Ricotta (o Formaggio cremoso)	Filetto di platessa gratinato**
Insalata di pomodori	Purca di patate	Spinaci all'olio	Insalata verde	Fagiolini al burro
PANE S/GLUTINE	PANE S/GLUTINE	PANE S/GLUTINE	PANE S/GLUTINE	PANE S/GLUTINE
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*



Settimana

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Pasta s/ glutine e lenticchie	Pasta s/ glutine al ragù bianco	Lasagna s/ glutine al pesto veg	Pasta s/ glutine al pomodoro	Pasta s/ glutine e patate
Provola (o altro formaggio)	Citrici di patate**	Hamburger di vitello	Costoletta** di petto di pollo (o tacchino)	Merluzzo alla mediterranea
Insalata verde e mais	Fagiolini all'olio	Patate prezzemolate	Piselli al burro	Zucchine gratinate**
PANE S/GLUTINE	PANE S/GLUTINE	PANE S/GLUTINE	PANE S/GLUTINE	PANE S/GLUTINE
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*

\*una volta a settimana è possibile sostituirlo con VERDE ALLA FRUTTA, SUGO DI FRUTTA O MERLUZZO S/GLUTINE  
\*\*con pangrattato o farina s/ glutine



Scuole dell'Infanzia, Primarie e Secondarie di I grado

Menù Primavera-Estate

Senza Glutine  
A.S. 2023/2024

Dr.ssa **Maria Francesca Santulli**  
Biologa Nutrizionista  
Ordine dei Biologi della Calabria n° Cal\_A 1302  
C.F. SNT MFR 8504271576N  
santulli.mariafrancesca@biologo.onc.it

Lunedì

Martedì

Mercoledì

Giovedì

Venerdì

Pasta s/glutine al pomodoro				Pasta s/glutine alla norma				Risotto giallo con zucchine				Pasta s/glutine e ceci				Pasta s/glutine al sugo di tonno			
Ingredienti		Infanzia (g)	Primaria (g)	Ingredienti		Infanzia (g)	Primaria (g)	Ingredienti		Infanzia (g)	Primaria (g)	Ingredienti		Infanzia (g)	Primaria (g)	Ingredienti		Infanzia (g)	Primaria (g)
Pasta s. glutine		50	70	Pasta s. glutine		50	70	Riso		50	70	Pasta s. glutine		30	40	Pasta s. glutine		50	70
Pomodori pelati		40	50	Molinate		40	50	Zucchine		40	50	Ceci secchi		20	25	Tonno		15	20
Olio EVO		5	5	Pomodori pelati		40	50	Brodo vegetale (carote, sedano, cipolle)		q.b.	q.b.	Brodo vegetale (carote, sedano, cipolla)		q.b.	q.b.	Pomodori pelati		40	50
Aromi		q.b.	q.b.	Olio EVO		5	5	Olio EVO		q.b.	q.b.	Olio EVO		5	5	Sole		5	5
Sale		q.b.	q.b.	Sale		q.b.	q.b.	Sale		5	5	Sale		q.b.	q.b.	Sale		q.b.	q.b.
<b>Coscia di pollo al forno</b>				<b>Mozzarella</b>				<b>Pizzaiola di vitello</b>				<b>Prosciutto Cotto s.p. s/glutine (da alternare con Fesa di Tacchino/Bresaola)</b>				<b>Filetto di platessa al limone</b>			
Ingredienti		Infanzia (g)	Primaria (g)	Ingredienti		Infanzia (g)	Primaria (g)	Ingredienti		Infanzia (g)	Primaria (g)	Ingredienti		Infanzia (g)	Primaria (g)	Ingredienti		Infanzia (g)	Primaria (g)
Carne di pollo (al netto di ossa e pelle)		60	90	Mozzarella		60	80	Carne di vitello		60	80	Prosciutto cotto s.p. s. glutine (o altro sostituto)		40	50	Filetto di platessa		80	100
Olio EVO		5	5					Olio EVO		5	5					Olio EVO		5	5
Aromi		q.b.	q.b.					Cipolle		q.b.	q.b.					Limoni		q.b.	q.b.
Sale		q.b.	q.b.					Aromi		q.b.	q.b.					Aromi		q.b.	q.b.
								Sale		q.b.	q.b.					Sale		q.b.	q.b.
<b>Patate al forno</b>				<b>Insalata di pomodori</b>				<b>Spinaci gratinati</b>				<b>Insalata verde</b>				<b>Carote prezzemolate</b>			
Ingredienti		Infanzia (g)	Primaria (g)	Ingredienti		Infanzia (g)	Primaria (g)	Ingredienti		Infanzia (g)	Primaria (g)	Ingredienti		Infanzia (g)	Primaria (g)	Ingredienti		Infanzia (g)	Primaria (g)
Patate		120	150	Pomodori		60	100	Spinaci		60	100	Insalata verde**		60	100	Carote		60	100
Olio EVO		5	5	Olio EVO		5	5	Olio EVO		5	5	Olio EVO		5	5	Olio EVO		5	5
Aromi		q.b.	q.b.	Aromi		q.b.	q.b.	Pangrattato s/glutine		q.b.	q.b.	Sale		q.b.	q.b.	Prezzemolo		q.b.	q.b.
Sale		q.b.	q.b.	Sale		q.b.	q.b.	Sale		q.b.	q.b.	Sale		q.b.	q.b.	Sale		q.b.	q.b.
PANE S.GLUTINE		50	50	PANE S.GLUTINE		50	50	PANE S.GLUTINE		50	50	PANE S.GLUTINE		50	50	PANE S.GLUTINE		50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*		120	150	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*		120	150	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*		120	150	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*		120	150	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*		120	150

\* una volta a settimana è possibile sostituirli con YOGURT ALLA FRUTTA, SECCO DI FRUTTA O MERMENNINA SGLUTINE  
\*\* adattare VERDURA DI STAGIONE



Scuole dell'Infanzia, Primarie e Secondarie di I grado

**Menù Primavera-Estate**

Senza Glutine  
A.S. 2023/2024

**Dot. ssa Maria Francesca Santulli**  
Biologo Nutrizionista  
Ordine dei Biologi della Calabria n° Cal\_A 1304  
C.F. SNT MFR 85042 H579N  
santulli.mariafrancesca@biologo.onb.it

Lunedì

Martedì

Mercoledì

Giovedì

Venerdì

MINESTRONE con pasta s/glutine				Pasta s/glutine pasticciata al forno				Pasta s/glutine al pomodoro				Pasta s/glutine, pesto e pomodorini				Riso e fagioli			
Ingredienti				Ingredienti				Ingredienti				Ingredienti				Ingredienti			
Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)		Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)		Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)		Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)		Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)	
<b>Ingredienti</b> Mancione di verdure 40 Pasta s. glutine 30 Olio EVO 5 Sale q.b.				<b>Ingredienti</b> Pasta s/glutine 50 Pomodori pelati 40 Carne macinata di vitello 10 Prosciutto cotto s.p. s/glut 5 Provolone 5 Parmigiano grattugiato 5 Olio EVO 5 Sale q.b.				<b>Ingredienti</b> Pasta s/glutine 50 Pomodori pelati 40 Olio EVO 5 Aromi q.b. Sale q.b.				<b>Ingredienti</b> Pasta s/glutine 50 Preparato per pesto 10 Pomodori 10 Olio EVO 5 Sale q.b.				<b>Ingredienti</b> Riso 30 Fagioli secchi 20 Brodo vegetale (carote, sedano, cipolle) q.b. Olio EVO 5 Sale q.b.			
<b>Infanzia (g)</b> 40 <b>Primaria (g)</b> 30 <b>Sec. 1° (g)</b> 200				<b>Infanzia (g)</b> 50 <b>Primaria (g)</b> 40 <b>Sec. 1° (g)</b> 100				<b>Infanzia (g)</b> 60 <b>Primaria (g)</b> 80 <b>Sec. 1° (g)</b> 100				<b>Infanzia (g)</b> 50 <b>Primaria (g)</b> 70 <b>Sec. 1° (g)</b> 100				<b>Infanzia (g)</b> 30 <b>Primaria (g)</b> 40 <b>Sec. 1° (g)</b> 50			
<b>Ingredienti</b> Petto di pollo 40 Olio EVO 5 Pangrattato s/glutine q.b. Aromi q.b. Sale q.b.				<b>Ingredienti</b> Formaggio cremoso 60				<b>Ingredienti</b> Carne macinata di vitello 60 Olio EVO 5 Aromi q.b. Sale q.b.				<b>Ingredienti</b> Filetto di merluzzo 60 Uova 5 Maglietta s/glutine bagnata nel latte 5 Olio EVO 5 Pangrattato s/glutine q.b. Aromi q.b. Sale q.b.				<b>Ingredienti</b> Patate 100 Provolone 5 Parmigiano grattugiato 5 Olio EVO 5 Uova q.b. Pangrattato s/glutine q.b. Sale q.b.			
<b>Infanzia (g)</b> 40 <b>Primaria (g)</b> 5 <b>Sec. 1° (g)</b> 10				<b>Infanzia (g)</b> 60 <b>Primaria (g)</b> 80 <b>Sec. 1° (g)</b> 100				<b>Infanzia (g)</b> 60 <b>Primaria (g)</b> 80 <b>Sec. 1° (g)</b> 100				<b>Infanzia (g)</b> 60 <b>Primaria (g)</b> 80 <b>Sec. 1° (g)</b> 100				<b>Infanzia (g)</b> 100 <b>Primaria (g)</b> 120 <b>Sec. 1° (g)</b> 140			
<b>Ingredienti</b> Patate 120 Latte p.s. 20 Parmigiano grattugiato 5 Burro 5 Sale q.b.				<b>Ingredienti</b> Insalata mista** 60 Olio EVO 5 Sale q.b.				<b>Ingredienti</b> Zucchine 60 Olio EVO 5 Parmigiano grattugiato 5 Pangrattato s/glutine q.b. Aromi q.b. Sale q.b.				<b>Ingredienti</b> Carote 60 Olio EVO 5 Aromi q.b. Sale q.b.				<b>Ingredienti</b> Bietola 60 Olio EVO 5 Sale q.b.			
<b>Infanzia (g)</b> 120 <b>Primaria (g)</b> 30 <b>Sec. 1° (g)</b> 200				<b>Infanzia (g)</b> 60 <b>Primaria (g)</b> 5 <b>Sec. 1° (g)</b> 10				<b>Infanzia (g)</b> 60 <b>Primaria (g)</b> 5 <b>Sec. 1° (g)</b> 10				<b>Infanzia (g)</b> 60 <b>Primaria (g)</b> 5 <b>Sec. 1° (g)</b> 10				<b>Infanzia (g)</b> 60 <b>Primaria (g)</b> 5 <b>Sec. 1° (g)</b> 10			
<b>Infanzia (g)</b> 50 <b>Primaria (g)</b> 50 <b>Sec. 1° (g)</b> 50				<b>Infanzia (g)</b> 50 <b>Primaria (g)</b> 50 <b>Sec. 1° (g)</b> 50				<b>Infanzia (g)</b> 50 <b>Primaria (g)</b> 50 <b>Sec. 1° (g)</b> 50				<b>Infanzia (g)</b> 50 <b>Primaria (g)</b> 50 <b>Sec. 1° (g)</b> 50				<b>Infanzia (g)</b> 50 <b>Primaria (g)</b> 50 <b>Sec. 1° (g)</b> 50			
<b>FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*</b> 120				<b>FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*</b> 120				<b>FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*</b> 120				<b>FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*</b> 120				<b>FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*</b> 120			

\* una volta a settimana è possibile sostituirla con VERDURE ALLE FRUTTA, SUCCO DI FRUTTA O MEMBRINA S/GLUTINE  
\*\* verdura VERDURA DI STAGIONE



Suole dell'Infanzia, Primarie e Secondarie di I grado

**Menù Primavera-Estate**

*Senza Glutine*  
A.S. 2023/2024

**Dr.ssa Maria Francesca Santulli**  
**Biologa Nutrizionista**  
Cline dei Biologi della Ospedia n° Cal\_A 1304  
C.F. SMT MFR 65042 H579N  
santulli.mariafrancesca@biologo.onb.it

Lunedì

**Risotto alla parmigiana**

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
Riso	50	70	100
Parmigiano grattugiato	5	8	10
Butiro	5	5	10
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

Martedì

**Pasta s/glutine al pomodoro**

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
Pasta s/glutine	50	70	100
Pomodori pelati	40	50	60
Olio EVO	5	5	10
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

Mercoledì

**Pasta s/glutine e piselli**

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
Pasta s/glutine	30	40	50
Piselli	60	80	100
Brodo vegetale (carote, sedano, cipolle)	q.b.	q.b.	q.b.
Olio EVO	5	5	10
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

Giovedì

**Pasta s/glutine, tonno e zucchine**

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
Pasta s/glutine	50	70	100
Zucchine	40	50	60
Tonno	10	15	20
Olio EVO	5	5	10
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

Venerdì

**Pasta s/glutine dell'ortolano**

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
Pasta s/glutine	30	40	50
Verdure e miste di stagione	50	70	90
Olio EVO	5	5	10
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

**Prosciutto Cotto s.p. s/glutine (da alternare con Fesa di Tacchino/Bresaola)**

**Coscia di pollo al forno**

**Polpette di vitello al sugo**

**Ricotta (o altro formaggio cremoso)**

**Filetto di platessa gratinato**

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
Prosciutto cotto s.p. s/glutine (o altro salame)	40	50	60

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
Carne di pollo (al netto di ossa e pelle)	60	90	120
Olio EVO	5	5	10
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
Carne macinata di vitello	60	80	100
Uova	5	5	10
Parmigiano grattugiato	3	5	5
Pomodori pelati	15	20	25
Olio EVO	5	5	10
Panzerotto s/glutine	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
Ricotta (o altro formaggio cremoso)	60	80	100

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
Filetto di platessa	80	100	120
Olio EVO	5	5	5
Panzerotto s/glutine	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

**Insalata di pomodori**

**Purea di patate**

**Spinaci all'olio**

**Insalata verde**

**Fagiolini al burro**

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
Pomodori	60	100	120
Olio EVO	5	5	10
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
Patate	120	150	200
Latte p.s.	20	30	40
Parmigiano grattugiato	5	5	10
Butiro	5	5	10
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
Spinaci	60	100	120
Olio EVO	5	5	10
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
Insalata verde**	60	100	120
Olio EVO	5	5	10
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
Fagiolini	60	100	120
Butiro	5	5	10
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

\*\* una volta a settimana è possibile sostituirla con YOGURT ALLA FRUTTA, SUCCO DI FRUTTA O MERMENNINA S/GLUTINE  
\*\* utilizzare VERDURA DI STAGIONE



Scuole dell'Infanzia, Primarie e Secondarie di I grado

**Menù Primavera-Estate**

Senza Glutine  
A.S. 2023/2024

**Dott. ssa Maria Francesca Santulli**  
**Biologa Nutrizionista**  
Ordine dei Biologi della Calabria n° Cal\_A 1304  
C.F. SNT MFR 856471579N  
santulli.mariafrancesca@biologi.onb.it

Lunedì

Martedì

Mercoledì

Giovedì

Venerdì

Pastina s/ glutine e lenticchie				Pastina s/ glutine al ragu bianco				Lasagna s/ glutine al pesto veg				Pastina s/ glutine al pomodoro				Pastina s/ glutine e patate			
Ingredienti		Infanzia (g)	Primaria (g)	Ingredienti		Infanzia (g)	Primaria (g)	Ingredienti		Infanzia (g)	Primaria (g)	Ingredienti		Infanzia (g)	Primaria (g)	Ingredienti		Infanzia (g)	Primaria (g)
Pastina s/ glutine		30	40	Pastina s/ glutine		50	70	Pastina s/ glutine		50	70	Pastina s/ glutine		50	70	Pastina s/ glutine		30	40
Lenticchie secche		20	25	Carne macinata di vitello		10	15	Preparato per pesto		10	15	Pomodori pelati		40	50	Patate		40	50
Brodo vegetale (carote, sedano, cipolla)		q.b.	q.b.	Olio EVO		5	5	Preziosa		10	15	Olio EVO		5	5	Brodo vegetale		q.b.	q.b.
Olio EVO		5	5	Fritto di verdure (carote, sedano, cipolle)		q.b.	q.b.	Besciamella s/ glutine		15	20	Aromi		q.b.	q.b.	Carote, sedano, cipolla		q.b.	q.b.
Sale		q.b.	q.b.	Sale		q.b.	q.b.	Olio EVO		5	5	Sale		q.b.	q.b.	Olio EVO		5	5
<b>Provola (o altro formaggio)</b>				<b>Cateau di patate</b>				<b>Hamburger di vitello</b>				<b>Cotoletta di petto di pollo (o tacchino)</b>				<b>Merluzzo alla mediterranea</b>			
Ingredienti		Infanzia (g)	Primaria (g) <td colspan="2">Ingredienti</td> <td>Infanzia (g)</td> <td>Primaria (g)</td> <td colspan="2">Ingredienti</td> <td>Infanzia (g)</td> <td>Primaria (g)</td> <td colspan="2">Ingredienti</td> <td>Infanzia (g)</td> <td>Primaria (g)</td> <td colspan="2">Ingredienti</td> <td>Infanzia (g)</td> <td>Primaria (g)</td>	Ingredienti		Infanzia (g)	Primaria (g)	Ingredienti		Infanzia (g)	Primaria (g)	Ingredienti		Infanzia (g)	Primaria (g)	Ingredienti		Infanzia (g)	Primaria (g)
Provola (o altro formaggio)		60	80	Patate		100	120	Carne macinata di vitello		60	80	Petto di pollo (o fesa di tacchino)		40	60	Filetto di merluzzo		80	100
				Provola		5	5	Olio EVO		5	5	Uova		5	5	Pomodori pelati		20	30
				Prosciutto cotto a p. s/ glutine		5	5	Aromi		q.b.	q.b.	Olio EVO		5	5	Fritto di verdure		q.b.	q.b.
				Parmigiano grattugiato		5	5	Sale		q.b.	q.b.	Pangrattato s/ glutine		q.b.	q.b.	Carote, sedano, cipolle		q.b.	q.b.
				Olio EVO		5	5					Sale		q.b.	q.b.	Olio EVO		5	5
				Uova		q.b.	q.b.									Cilive		q.b.	q.b.
				Pangrattato s/ glutine		q.b.	q.b.									Sale		q.b.	q.b.
				Sale		q.b.	q.b.												
<b>Insalata verde e mais</b>				<b>Fagiolini all'olio</b>				<b>Patate prezzemolate</b>				<b>Piselli al burro</b>				<b>Zucchine gratinate</b>			
Ingredienti		Infanzia (g)	Primaria (g) <td colspan="2">Ingredienti</td> <td>Infanzia (g)</td> <td>Primaria (g)</td> <td colspan="2">Ingredienti</td> <td>Infanzia (g)</td> <td>Primaria (g)</td> <td colspan="2">Ingredienti</td> <td>Infanzia (g)</td> <td>Primaria (g)</td> <td colspan="2">Ingredienti</td> <td>Infanzia (g)</td> <td>Primaria (g)</td>	Ingredienti		Infanzia (g)	Primaria (g)	Ingredienti		Infanzia (g)	Primaria (g)	Ingredienti		Infanzia (g)	Primaria (g)	Ingredienti		Infanzia (g)	Primaria (g)
Insalata verde**		60	100	Fagiolini		60	100	Patate		120	150	Friselli		60	80	Zucchine		60	100
Mais		10	15	Olio EVO		5	5	Olio EVO		5	5	Burro		5	5	Olio EVO		5	5
Olio EVO		5	5	Sale		q.b.	q.b.	Prezioso		q.b.	q.b.	Aromi		q.b.	q.b.	Pangrattato s/ glutine		q.b.	q.b.
Sale		q.b.	q.b.					Sale		q.b.	q.b.	Sale		q.b.	q.b.	Sale		q.b.	q.b.
<b>PANE S/GLUTINE</b>				<b>PANE S/GLUTINE</b>				<b>PANE S/GLUTINE</b>				<b>PANE S/GLUTINE</b>				<b>PANE S/GLUTINE</b>			
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*		120	150	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*		120	150	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*		120	150	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*		120	150	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*		120	150

\*una volta a settimana è possibile sostituirla con YOGURT ALLA FRUTTA, SUCCO DI FRUTTA O MIELE/NDINA S/GLUTINE  
\*\*adattare VERDURA DI STAGIONE

