

Scuole dell'Infanzia, Primarie e Secondarie di I grado

Menù Primavera-Estate

A.S. 2023/2024

Dott. ssa Maria Francesca Santulli
Biologa Nutrizionista
 Ordine dei Biologi della Calabria n° Cal_A 1304
 C.F. SMT MFR 85D12 H579N
 santulli.mariafrancesca@biologo.onb.it



Settimana

Lunedì		Martedì		Mercoledì		Giovedì		Venerdì	
Pasta al pomodoro	Pasta alla norma	Risotto giallo con zucchine	Pasta e ceci	Pasta al pomodoro	Pasta, pesto e pomodorini	Pasta al sugo di tonno	Pasta al pomodoro	Pasta al sugo di tonno	Pasta e patate
Coscia di pollo al forno	Mozzarella	Pizzaiola di vitello	Prosciutto Cotto s.p. (da alternare con Fesa di Tacchino/Bresaola)	Formaggio cremoso	Hamburger di vitello	Filetto di platessa al limone	Insalata di pomodori	Carote prezzemolate	Carote prezzemolate
Patate al forno	Insalata di pomodori	Spinaci gratinati	Insalata verde	Bastoncini di zucchine croccanti	Carote aromatizzate	Pane comune	PANE COMUNE	PANE COMUNE	PANE COMUNE
PANE COMUNE	PANE COMUNE	PANE COMUNE	PANE COMUNE	PANE COMUNE	PANE COMUNE	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*



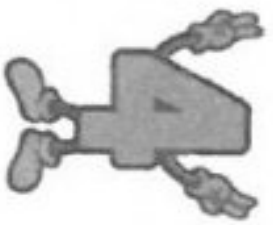
Settimana

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



Settimana

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



Settimana

Lunedì		Martedì		Mercoledì		Giovedì		Venerdì	
Pasta e lenticchie	Pasta al ragù bianco	Lasagna al pesto vegg	Pasta al pomodoro	Pasta e patate	Pasta e patate	Pasta e patate	Provola (o altro formaggio)	Pasta e patate	Pasta e patate
Insalata verde e mais	Gateau di patate	Hamburger di vitello	Cotoletta di petto di pollo (o tacchino)	Merluzzo alla mediterranea	Merluzzo alla mediterranea	Merluzzo alla mediterranea	Insalata verde e mais	Merluzzo alla mediterranea	Merluzzo alla mediterranea
PANE COMUNE	PANE COMUNE	PANE COMUNE	PANE COMUNE	PANE COMUNE	PANE COMUNE	PANE COMUNE	PANE COMUNE	PANE COMUNE	PANE COMUNE
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*	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 sostituirla con YOGURT ALLA FRUTTA, SECCO DI FRUTTA O MERENDINA

Reg. 1169/11 Gli ingredienti evidenziati contengono allergeni che possono provocare reazioni avverse nei soggetti sensibili.



Scuole dell'Infanzia, Primarie e Secondarie di I grado

Menù Primavera-Estate

A.S. 2023/2024

I Settimana

Dott. ssa Maria Francesca Santulli
 Biologo Nutrizionista
 Ordine dei Biologi della Calabria n° Cal_A 1304
 C.F. SNT MFR 45D12 H5F9N
 santulli.mariafrancesca@biologo.onb.it

Lunedì				Martedì				Mercoledì				Giovedì				Venerdì			
Pasta al pomodoro				Pasta alla norma				Risotto giallo con zucchine				Pasta e ceci				Pasta al sugo di tonno			
Ingredienti	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)	Ingredienti	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)	Ingredienti	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)	Ingredienti	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)	Ingredienti	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
Pasta	50	70	100	Pasta	50	70	100	Riso	50	70	100	Pasta	30	40	50	Pasta	50	70	100
Pomodori pelati	40	50	60	Melanzane	40	50	60	Zucchine	40	50	60	Ceci secchi	20	25	30	Tonno	15	20	25
Olio EVO	5	5	10	Pomodori pelati	40	50	60	Brodo vegetale (carote e cipolle)	q.b.	q.b.	q.b.	Brodo vegetale (carote, sedano, cipolla)	q.b.	q.b.	q.b.	Pomodori pelati	40	50	60
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.	Cipolle	q.b.	q.b.	q.b.	Zafferano	q.b.	q.b.	q.b.	Olio EVO	5	5	10	Olio EVO	5	5	10
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	Olio EVO	5	5	10	Olio EVO	5	5	10	Sale	q.b.	q.b.	q.b.	Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Coscia di pollo al forno				Mozzarella				Pizzaiola di vitello				Prosciutto Cotto s.p. (da alternare con Fesa di Tacchino/Bresaola)				Filetto di platessa al limone			
Ingredienti	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)	Ingredienti	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)	Ingredienti	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)	Ingredienti	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)	Ingredienti	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
Carne di pollo (al netto di ossa e pelle)	60	90	120	Mozzarella	60	80	100	Carne di vitello	60	80	100	Prosciutto cotto s.p. (o altro salume)	40	50	60	Filetto di platessa	80	100	120
Olio EVO	5	5	10					Pomodori pelati	40	50	60	Olio EVO	5	5	10	Olio EVO	5	5	10
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.					Olio EVO	5	5	10	Limoni	q.b.	q.b.	q.b.	Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.					Cipolle	q.b.	q.b.	q.b.	Aromi	q.b.	q.b.	q.b.	Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Patate al forno				Insalata di pomodori				Spinaci gratinati				Insalata verde				Carote prezzemolate			
Ingredienti	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)	Ingredienti	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)	Ingredienti	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)	Ingredienti	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)	Ingredienti	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
Patate	120	150	200	Pomodori	60	100	120	Spinaci	60	100	120	Lattuga	60	100	120	Carote	60	100	120
Olio EVO	5	5	10	Olio EVO	5	5	10	Olio EVO	5	5	10	Olio EVO	5	5	10	Olio EVO	5	5	10
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.	Aromi	q.b.	q.b.	q.b.	Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.	Sale	q.b.	q.b.	q.b.	Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	Sale	q.b.	q.b.	q.b.	Sale	q.b.	q.b.	q.b.	Sale	q.b.	q.b.	q.b.	Sale	q.b.	q.b.	q.b.
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*				FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*				FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*				FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*				FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*			
	120	150	200		120	150	200		120	150	200		120	150	200		120	150	200

*tutta volta a settimana è possibile sostituirla con YOGURT ALLA FRUTTA, SUCCO DI FRUTTA O MERENDINA
 **utilizzare VERDURA DI STAGIONE

Reg. 1169/11 Gli ingredienti evidenziati contengono allergeni che possono provocare reazioni avverse nei soggetti sensibili.



Scuole dell'Infanzia, Primarie e Secondarie di I grado

Menù Primavera-Estate

A.S. 2023/2024

Lunedì

Martedì

Mercoledì

Giovedì

Venerdì

Minestrone con pasta				Pasta pasticciata al forno				Pasta al pomodoro				Pasta, pesto e pomodorini				Riso e fagioli			
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)
Mantecatura di verdure		40	50	Pasta		50	70	Pasta		50	70	Pasta		50	70	Riso		30	40
Pasta		30	40	Pomodori pelati		40	50	Pomodori pelati		40	50	Preparato per pasto		10	15	Fagioli secchi		20	25
Olio EVO		5	5	Carne macinata di vitello		10	15	Olio EVO		5	5	Pomodori		10	15	Brodo vegetale		q.b.	q.b.
Sale		q.b.	q.b.	Prosciutto cotto s.p.		5	10	Sale		q.b.	q.b.	Olio EVO		5	5	(carote, sedano, cipolle)		q.b.	q.b.
				Parmigiano grattugiato		5	5					Sale		q.b.	q.b.	Olio EVO		5	5
				Olio EVO		5	5									Sale		q.b.	q.b.
				Sale		q.b.	q.b.												
Birbe di pollo				Formaggio cremoso				Hamburger di vitello				Crocchette di merluzzo				Gateau di 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)
Petto di pollo		40	60	Formaggio cremoso		60	80	Carne macinata di vitello		60	80	Filetto di merluzzo		60	80	Patate		100	120
Olio EVO		5	5					Olio EVO		5	5	Uova		5	5	Provola		5	5
Parmigiano		q.b.	q.b.					Aromi		q.b.	q.b.	Modica bagnata nel latte		10	15	Prosciutto cotto s.p.		5	5
Aromi		q.b.	q.b.					Sale		q.b.	q.b.	Olio EVO		5	5	Parmigiano grattugiato		5	5
Sale		q.b.	q.b.									Parmigiano		5	5	Olio EVO		5	5
												Aromi		q.b.	q.b.	Uova		q.b.	q.b.
												Sale		q.b.	q.b.	Parmigiano		q.b.	q.b.
												In alternativa		q.b.	q.b.	Parmigiano		q.b.	q.b.
												N. 3				Sale		q.b.	q.b.
												N. 4							
												N. 5							
Purea di patate				Insalata mista				Bastoncini di zucchine croccanti				Carote aromatizzate				Bietola all'olio			
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	Insalata mista**		60	100	Zucchine		60	100	Carote		60	100	Bietola		60	100
Latte p.s.		20	30	Olio EVO		5	5	Olio EVO		5	5	Olio EVO		5	5	Olio EVO		5	5
Parmigiano grattugiato		5	5	Sale		q.b.	q.b.	Parmigiano grattugiato		5	5	Aromi		q.b.	q.b.	Sale		q.b.	q.b.
Burro		5	5					Parmigiano		q.b.	q.b.	Sale		q.b.	q.b.	Olio EVO		5	5
Sale		q.b.	q.b.					Aromi		q.b.	q.b.					Sale		q.b.	q.b.
								Sale		q.b.	q.b.								
PANE COMUNE		50	50	PANE COMUNE		50	50	PANE COMUNE		50	50	PANE COMUNE		50	50	PANE COMUNE		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 sostituirla con VOCI CHE ALLA FRUTTA, SECCO DI FRUTTA O MERRINDINA
**utilizzare VERDURA DI STAGIONE

Dott. ssa Maria Francesca Santulli
Biologa Nutrizionista
 Ordine dei Biologi della Calabria n° Cal_A 1304
 C.F. SNT MKR 859421679N
 santulli.mariafrancesca@biologo.onb.it



Scuole dell'Infanzia, Primarie e Secondarie di I grado

Menù Primavera-Estate

A.S. 2023/2024

Dr.ssa Maria Francesca Santulli
Biologa Nutrizionista
Ordine dei Biologi della Calabria n° Cal_A 1304
C.F. SNT MFB 85042 H579N
santulli.mariafrancesca@biologo.onb.it

Lunedì

Martedì

Mercoledì

Giovedì

Venerdì

Pasta e lenticchie

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
Pasta	30	40	50
Lenticchie secche	20	25	30
Brodo vegetale (carote, sedano, cipolla)	q.b.	q.b.	q.b.
Uovo EVO	5	5	10
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

Pasta al ragù bianco

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
Pasta	50	70	100
Carne macinata di vitello	10	15	20
Uovo EVO	5	5	10
Trito di verdure (carote, sedano, cipolle)	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

Lasagna al pesto veg

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
Pasta sfoglia all'uovo	50	70	100
Preparato per pesto	10	15	20
Provolone	10	15	20
Besciamella	15	20	25
Parmigiano grattugiato	5	5	5
Uovo EVO	5	5	10
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

Pasta al pomodoro

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

Pasta e patate

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
Pasta	30	40	50
Patate	40	50	60
Brodo vegetale (carote, sedano, cipolla)	q.b.	q.b.	q.b.
Uovo EVO	5	5	10
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

Provolone (o altro formaggio)

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

Cateau di patate

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
Patate	100	120	140
Provolone	5	5	10
Prosciutto cotto s.p.	5	5	10
Parmigiano grattugiato	5	5	5
Uovo EVO	5	5	10
Uova	q.b.	q.b.	q.b.
Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

Hamburger di vitello

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
Carne macinata di vitello	60	80	100
Uovo EVO	5	5	10
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

Cotoletta di petto di pollo (o tacchino)

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
Petto di pollo (o fesa di tacchino)	40	60	80
Uova	5	5	5
Uovo EVO	5	5	10
Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

Merluzzo alla mediterranea

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
Filetto di merluzzo	80	100	120
Pomodori pelati	20	30	40
Trito di verdure (carote, sedano, cipolle)	q.b.	q.b.	q.b.
Uovo EVO	5	5	10
Uovo	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

Insalata verde e mais

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
Insalata verde **	60	100	120
Mais	40	15	20
Uovo EVO	5	5	10
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

Fagiolini all'olio

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

Patate prezzemolate

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
Patate	120	150	200
Uovo EVO	5	5	10
Prezimonio	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

Piselli al burro

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
Piselli	60	80	100
Uovo EVO	5	5	10
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

Zucchine gratinate

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
Zucchine	60	100	120
Uovo EVO	5	5	10
Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
PANE COMUNE	50	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*	120	150	200

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
PANE COMUNE	50	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*	120	150	200

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
PANE COMUNE	50	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*	120	150	200

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
PANE COMUNE	50	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*	120	150	200

Ingrédients	Infanzia (g)	Primaria (g)	Sec. 1° (g)
PANE COMUNE	50	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE*	120	150	200

**una volta a settimana è possibile sostituirla con YOGURT ALLA FRUTTA, SUCCO DI FRUTTA O MERMENNINA
**ridurre VERDURA DI STAGIONE

Reg. 1169/11 Gli ingredienti evidenziati contengono allergeni che possono provocare reazioni avverse nei soggetti sensibili



Scuole dell'Infanzia, Primarie e Secondarie di I grado

Menù Primavera-Estate

A.S. 2023/2024

Dott. ssa Maria Francesca Santulli
Biologa Nutrizionista
 Orline dei Biologi della Calabria n° Cal_A 1364
 C.F. SNT MFR 85D12 H579N
 santulli.mari francesca@biologo.onb.it

Lunedì

Martedì

III Settimana

Mercoledì

Giovedì

Venerdì

Risotto alla parmigiana				Pasta al pomodoro				Pasta e piselli				Pasta, tonno e zucchine				Pasta dell'ortolano			
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)
			Sec. 1° (g)				Sec. 1° (g)				Sec. 1° (g)				Sec. 1° (g)				Sec. 1° (g)
<p>Prosciutto Cotto s.p. (da alternare con Fesa di Tacchino/Bresaola)</p>																			
<p>Insalata di pomodori</p>				<p>Coscia di pollo al forno</p>				<p>Polpette di vitello al sugo</p>				<p>Ricotta (o altro formaggio cremoso)</p>				<p>Filetto di platessa gratinato</p>			
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)
			Sec. 1° (g)				Sec. 1° (g)				Sec. 1° (g)				Sec. 1° (g)				Sec. 1° (g)
Pomodori		60	100	Pasta		50	70	Pasta		50	70	Pasta		30	40	Pasta		30	40
Olio EVO		5	5	Pomodori pelati		40	50	Piselli		60	80	Zucchine		40	50	Verdure e miste di stagione		50	70
Aromi		q.b.	q.b.	Olio EVO		5	5	Brodo vegetale (carote, sedano, cipolle)		q.b.	q.b.	Tonno		10	15	Olio EVO		5	5
Sale		q.b.	q.b.	Aromi		q.b.	q.b.	Olio EVO		5	5	Sale		5	5	Aromi		q.b.	q.b.
				Sale		q.b.	q.b.	Sale		q.b.	q.b.					Sale		q.b.	q.b.
PANE COMUNE		50	50	PANE COMUNE		50	50	PANE COMUNE		50	50	PANE COMUNE		50	50	PANE COMUNE		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
<p>Insalata di pomodori</p>																			
<p>Purea di patate</p>				<p>Spinaci all'olio</p>				<p>Insalata verde</p>				<p>Fagiolini al burro</p>							
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)
			Sec. 1° (g)				Sec. 1° (g)				Sec. 1° (g)				Sec. 1° (g)				Sec. 1° (g)
Pomodori		60	100	Patate		120	150	Spinaci		60	100	Lattuga		60	100	Fagiolini		60	100
Olio EVO		5	5	Lattuga		20	30	Olio EVO		5	5	Olio EVO		5	5	Burro		5	5
Aromi		q.b.	q.b.	Parmigiano grattugiato		5	5	Sale		q.b.	q.b.	Sale		q.b.	q.b.	Aromi		q.b.	q.b.
Sale		q.b.	q.b.	Burro		5	5	Olio EVO		q.b.	q.b.	Olio EVO		q.b.	q.b.	Sale		q.b.	q.b.
				Aromi		q.b.	q.b.	Sale		q.b.	q.b.					Sale		q.b.	q.b.
PANE COMUNE		50	50	PANE COMUNE		50	50	PANE COMUNE		50	50	PANE COMUNE		50	50	PANE COMUNE		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 sostituirla con YOGURT ALLA FRUTTA, SUCCO DI FRUTTA O MERENDINA
 **sostituire VERDURA DI STAGIONE

Reg. 1169/11 CE: ingredienti evidenziati contengono allergeni che possono provocare reazioni avverse nei soggetti sensibili

