

MENÙ MATERNA, ELEMENTARE

Articolato su 12 settimane

MENU'PRIMAVERA-ESTATE 1° SETTIMANA**Spuntino ore 10**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e marmellata	Pizza bianca	Yogurt e fette biscottate	Pane e olio	Dolce

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
(2) Pasta al pomodoro	(5) Riso in bianco	(8) Orzotto con verdure	(57) Tortellini al pomodoro	(16) Pasta e ceci
(30) Frittata al forno	(43) Pesce gratinato o polpette	(44) Petto di pollo panato	(*) Mozzarella	(35) Arista al forno
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	Piselli	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto con verdura Legumi, Contorno Pane e Frutta	Purea di patate Carne bianca Contorno, Pane, Frutta	Minestra vegetale Pesce Contorno, Pane e Frutta	Insalata di cereali, Carne bianca, Contorno, Pane Frutta	Pizza Contorno e Frutta

-(*) Grammature o unità indicative per pasto degli alimenti non presenti nel ricettario (tabella linee guida).

-La numerazione tra parentesi fa riferimento alle ricette e grammature presenti delle linee di indirizzo regionali per la ristorazione scolastica.

MENU'(PRIMAVERA-ESTATE) 2° SETTIMANA**Spuntino ore 10**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e olio	Pizza rossa	Pane e marmellata	Yogurt e fette biscottate	Banana

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
(20) Orzotto con pomodoro e verdure	(1) Pasta con piselli in bianco	(2) Pasta al pomodoro	(17) Minestra con verdure e pastina	Riso all'olio
(*) Formaggio	(50) Petto di pollo al limone	(43) Pesce gratinato o polpette	(39) Polpettone di vitellone al pomodoro	(30) Frittata al formaggio
(*) Verdura cruda o panzanella	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda
(*) Pane comune (no con panzanella)	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Piatto unico Contorno, Pane, Frutta	Patate arrosto Pesce Contorno, Pane Frutta	Primo piatto con verdure(minestra) formaggio, Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro Salumi Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro Carne bianca Contorno, Pane, Frutta

-(*) Grammatore o unità indicative per pasto degli alimenti non presenti nel ricettario (tabella linee guida).

-La numerazione tra parentesi fa riferimento alle ricette e grammature presenti delle linee di indirizzo regionali per la ristorazione scolastica.

MENU'(PRIMAVERA-ESTATE) 3° SETTIMANA

Spuntino ore 10

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e olio	Pizza bianca	Yogurt e fette biscottate	Pane e marmellata	Pizza rossa

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
(2) Pasta al pomodoro aromatico	(20) Orzo al pomodoro	(5) Pasta in bianco	(8)Riso con verdure	(13) Pasta con lenticchie decorticate
(55)Pesce gratinato	(32) Fesa di tacchino al forno	(38) Frittata	(*)Prosciutto cotto	(48) Petto di pollo al forno
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cotta
(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto con verdure cereali e legumi, Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto in bianco, Salume, verdura, Pane, Frutta	Primo piatto con verdure (minestra) Pesce Verdura, ,Pane, Frutta	Pasta al ragù, Contorno, Pane, Frutta	Pizza Contorno, Frutta

-(*) Grammatore o unità indicative per pasto degli alimenti non presenti nel ricettario (tabella linee guida).

-La numerazione tra parentesi fa riferimento alle ricette e grammature presenti delle linee di indirizzo regionali per la ristorazione scolastica.

MENU'(PRIMAVERA-ESTATE) 4° SETTIMANA**Spuntino ore 10**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e marmellata	Yogurt e fette biscottate	Pizza rossa	Banana	Pane e olio

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(11) Pasta al pesto	(6) Pasta con verdure	(5)Risotto alla parmigiana	(2) Pasta al pomodoro	(21) Riso con legumi e ortaggi
(30) Frittata al formaggio	(35) Arrosto di vit.ne	(43) Pesce gratinato o polpette	(46) Pollo arrosto	(*) Mozzarella
(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda
(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto al pomodoro pesce Contorno Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro Uovo Contorno ,Pane, Frutta	Primo piatto con legumi Formaggio Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdure, Pesce Pane, Frutta	Primo piatto in bianco, carne bianca, Contorno, Pane, Frutta

-(*) Grammatore o unità indicative per pasto degli alimenti non presenti nel ricettario (tabella linee guida).

-La numerazione tra parentesi fa riferimento alle ricette e grammature presenti delle linee di indirizzo regionali per la ristorazione scolastica.

MENU'(PRIMAVERA-ESTATE) 5° SETTIMANA**Spuntino ore 10**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pizza bianca	Pane e marmellata	Dolce	Yogurt e fette biscottate	Pane e olio

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(6) Pasta con zucchine	(20) Farro al pomodoro	(57) Ravioli al pomodoro	(5) Pasta in bianco	(14) Riso e lenticchie
(30) Frittata al formaggio	(32) Spezzatino di tacchino	(43) Pesce gratinato o polpette	(35) Arista al forno	(*) Formaggio fresco
(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cotta
(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pizza Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdure Salumi Pane, Contorno, Frutta	Primo piatto con verdure Pesce Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro Carne bianca, Contorno, Pane, Frutta

-(*) Grammatore o unità indicative per pasto degli alimenti non presenti nel ricettario (tabella linee guida).

-La numerazione tra parentesi fa riferimento alle ricette e grammature presenti delle linee di indirizzo regionali per la ristorazione scolastica.

MENU'(PRIMAVERA-ESTATE) 6° SETTIMANA

Spuntino ore 10

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pizza rossa	Pane e olio	Pane e marmellata	Yogurt alla frutta	Panino con prosc.cotto

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(2) Pasta al pomodoro	(8) Risotto con verdure	(23) Pasta al ragù	(5) Riso e orzo all'olio	(1) Pasta con piselli
(40) Pesce gratinato	(37) Bocconcini di pollo agli aromi	(51) Sformato di verdura	(35) Arista al latte	(*) Mozzarella
(*) Ortaggi e patate all'olio	(*) Verdura cruda		(*) Verdura cruda	(*) Verdura cruda
(*) ½ Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Piatto unico Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdure Formaggio Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro Carne bianca Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdure Uova Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico con Pesce Contorno, Pane, Frutta

-(*) Grammatore o unità indicative per pasto degli alimenti non presenti nel ricettario (tabella linee guida).

-La numerazione tra parentesi fa riferimento alle ricette e grammature presenti delle linee di indirizzo regionali per la ristorazione scolastica.

MENU'(PRIMAVERA-ESTATE) 7° SETTIMANA**Spuntino ore 10**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pizza rossa	Pane e olio	Pane e marmellata	Pizza bianca	Yogurt e fette biscottate

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(5)Pasta in bianco	(21) Riso, verdure e legumi	(23)Pasta al tonno	(14) Risotto con piselli	(2) Pasta al pomodoro
(55) Pesce gratinato	(35) Arista al forno	(38) Frittata al parmigiano	(50) Scaloppina di tacchino	(*)Formaggio
(*) Verdura cotta	(*)Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cotta	(*)Verdura cruda
(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*)Pane comune	(*) Pane integrale	(*)Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto con verdure (minestra) Carne rossa Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico con pasta ripiena Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro Legumi Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdure Uova Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto asciutto Pesce Contorno, Pane, Frutta

-(*) Grammature o unità indicative per pasto degli alimenti non presenti nel ricettario (tabella linee guida).

-La numerazione tra parentesi fa riferimento alle ricette e grammature presenti delle linee di indirizzo regionali per la ristorazione scolastica.

MENU' (PRIMAVERA-ESTATE) 8° SETTIMANA**Spuntino ore 10**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e olio	Yogurt e fette biscottate	Pizza bianca	Banana	Pane e marmellata

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
(20) Riso ed orzo al pomodoro	(2) Pasta al pomodoro aromatico	(28) Minestrone di verdure e legumi	(6) Pasta con verdure	(5) Riso all'olio
(*) Prosciutto cotto	(30) Frittata	(35) Arrosto di vit.ne	(43) Pesce gratinato o polpette	(50) Bocconcini di pollo
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto con verdure Carne rossa Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico con pesce, Contorno, Pane, Frutta	Pizza Contorno e frutta	Patate Salumi Contorno, Frutta	Primo piatto con verdure Legumi Contorno, Pane, Frutta

-(*) Grammaturre o unità indicative per pasto degli alimenti non presenti nel ricettario (tabella linee guida).

-La numerazione tra parentesi fa riferimento alle ricette e grammature presenti delle linee di indirizzo regionali per la ristorazione scolastica.

MENÙ PRIMAVERA-ESTATE 9° SETTIMANA

Spuntino ore 10

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pizza rossa	Pane e olio	Yogurt e fette biscottate	Pane e marmellata	Pizza bianca

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(5) Pasta all'olio	(14)Riso e lenticchie decorticate	(11) Pasta al pesto	(23)Pasta pomodoro e basilico	(19) Insalata di farro/Farro al pomodoro
(30)Frittata al parmigiano	(46)Bocconcini di pollo arrosto	(*) Formaggio	(43) Pesce gratinato o polpette	(44) Scaloppa di maiale panata al forno
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto con verdura Pesce Contorno, Pane, Frutta	Piatto unico con pasta ripiena Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con cereali, Carne rossa Contorno, Pane Frutta	Primo piatto con verdure ro Legumi Contorno crudo, Pane, Frutta	Primo piatto al pomodo Salumi Contorno, Pane, Frutta

-(*) Grammature o unità indicative per pasto degli alimenti non presenti nel ricettario (tabella linee guida).

-La numerazione tra parentesi fa riferimento alle ricette e grammature presenti delle linee di indirizzo regionali per la ristorazione scolastica.

MENÙ PRIMAVERA-ESTATE 10° SETTIMANA

Spuntino ore 10

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Dolce	Yogurt e fette biscottate	Pane e marmellata	Pizza rossa	Pane e olio

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(2) Pasta al pomodoro	() Pasta pomodoro e ceci	(6) Pasta con verdure	(5) Riso all'olio	(17)Minestra con verdure
(*)Formaggio	(35)Arista al latte	(50) Petto di pollo al forno	(43) Pesce gratinato o polpette	(39)Polpettone di Vit.ne
(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*)Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cotta
(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto al pomodoro Tonno o pesce Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdura Uova Verdura Frutta	Insalata di legumi Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro Formaggio Contorno, Pane, Frutta	Pizza Contorno, Pane, Frutta

-(*) Grammatore o unità indicative per pasto degli alimenti non presenti nel ricettario (tabella linee guida).

-La numerazione tra parentesi fa riferimento alle ricette e grammature presenti delle linee di indirizzo regionali per la ristorazione scolastica.

MENÙ PRIMAVERA-ESTATE 11° SETTIMANA**Spuntino ore 10**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e marmellata	Pizza bianca	Yogurt e fette biscottate	Pane e olio	Pizza rossa

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(5) Pasta in bianco	(20) Riso al pomodoro	(28) Minestra di verdure e legumi	(2) Pasta fredda con pomodorini e basilico	(8) Orzo con verdure
(31) Pesce gratinato	(30) Frittata al formaggio	(46) Pollo arrosto	(*) Formaggio	(42) Arrosto di tacchino
(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto al pomodoro Legumi, Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto con verdure Carne bianca Contorno, Pane, Frutta	Patate lesse al prezzemolo Formaggio fresco spalmabile Contorno, Pane, Frutta	Pizza Contorno, Frutta	Piatto unico Contorno, Pane, Frutta

-(*) Grammatore o unità indicative per pasto degli alimenti non presenti nel ricettario (tabella linee guida).

-La numerazione tra parentesi fa riferimento alle ricette e grammature presenti delle linee di indirizzo regionali per la ristorazione scolastica.

MENÙ PRIMAVERA-ESTATE 12° SETTIMANA**Spuntino ore 10**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pane e marmellata	Yogurt e fette biscottate	Banana	Pane e olio	Pizza rossa

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
(2) Pasta al pomodoro	(6) Pasta con verdure	(29) Ravioli ricotta e spinaci al pomodoro	(20) Risotto al parmigiano	(13) Pasta fredda piselli e prosc.cotto
(*) Mozzarella	(50) Petto di pollo al forno	(64) Insalata di legumi/Polpette	(43) Pesce gratinato o polpette	(50) Scaloppina di tacchino
(**) Verdura cruda (pomodori)	(*) Verdura gratinata	(*) Verdura cruda	(*) Verdura cotta	(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune	(*) Pane comune
(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca	(*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Primo piatto con verdure (minestra) Carne rossa Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto in bianco Pesce Contorno, Pane, Frutta	Primo piatto al pomodoro Salumi Contorno, Pane, Frutta	Insalata di cereali Contorno, Pane, Frutta	Pizza Contorno, Pane, Frutta

-(*) Grammatore o unità indicative per pasto degli alimenti non presenti nel ricettario (tabella linee guida).

-La numerazione tra parentesi fa riferimento alle ricette e grammature presenti delle linee di indirizzo regionali per la ristorazione scolastica.