

RICETTARIO MENU' ASILO NIDO – PITIGLIANO (GR)

fascia d'età 1– 3 anni – Rev. 0 del 8/11/2016

AZIENDA SANITARIA LOCALE N.9 GROSSETO
DIPARTIMENTO DELLA PREVENZIONE
Zona IV - Grossetana

17 NOV. 2016

MENU' ESTIVO**1° SETTIMANA****LUNEDI'****Pasta al pomodoro – petto di pollo – verdura di stagione cruda o cotta – pane – frutta di stagione**

ALIMENTI	GRAMMATURE
Pasta di semola	40
Pomodori pelati e/o salsa di pomodoro	50
Olio e.v.o.	5
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Parmigiano	5
Petto di pollo	40
Olio e.v.o.	2
Aromi (rosmarino, salvia, aglio)	Q.B
Verdura di stagione* (bietta/carota/cetrioli/fagiolini/finocchi/insalata/melanzane/pomodori/spinaci/zucchine)	80 – 50 (insalata)
Olio e.v.o.	5
Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	457	19.3	15.5	64

MARTEDI'**Riso in bianco – frittata – pomodori all'olio – pane – frutta di stagione**

ALIMENTI	GRAMMATURE
Riso	40
Olio e.v.o.	5
Parmigiano	5
Uovo	n.1
Olio e.v.o.	2
Aromi (rosmarino, salvia, aglio)	Q.B
Pomodori	80
Olio e.v.o.	3

I prodotti contrassegnati da asterisco (*) potrebbero essere, o contenere prodotti, di tipo congelato/surgelato.

Le grammature si riferiscono agli alimenti a crudo e privati degli scarti.

Le pietanze sono condite con sale iodato utilizzato rispettando le dosi raccomandate dai LARN.

** Il DOLCE sarà di produzione del Forno locale e si alternerà tra crostata con marmellata e ciambella con gocce di cioccolato

RICETTARIO MENU' ASILO NIDO – PITIGLIANO (GR)

fascia d'età 1– 3 anni – Rev. 0 del 8/11/2016

Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	470.2	16.1	14.9	72.4

MERCOLEDI'

Pasta al forno – prosciutto cotto – spinaci lessi – pane – frutta di stagione

ALIMENTI	GRAMMATURE
Pasta di semola	40
Pomodori pelati e/o salsa di pomodoro	20
Vitello magro macinato	10
Olio e.v.o.	5
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Parmigiano	5
Prosciutto cotto	30
Spinaci*	80
Olio e.v.o	5
Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	462.1	20.7	15.6	63.7

GIOVEDI'

Minestra di verdure – nasello/merluzzo al pomodoro – purè di patate – pane – frutta di stagione

ALIMENTI	GRAMMATURE
Pasta di semola	20
Pomodori pelati e/o salsa di pomodoro	20
Verdure*	60
Olio e.v.o.	5
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Parmigiano	5
Nasello* o Merluzzo*	40

AZIENDA SANITARIA LOCALE N.9 GROSSETO
DIPARTIMENTO DELLA PREVENZIONE
Zona IV - Grossetana

17 NOV. 2016

I prodotti contrassegnati da asterisco (*) potrebbero essere, o contenere prodotti, di tipo congelato/surgelato.
Le grammature si riferiscono agli alimenti a crudo e privati degli scarti.

Le pietanze sono condite con sale iodato utilizzato rispettando le dosi raccomandate dai LARN.

** Il DOLCE sarà di produzione del Forno locale e si alternerà tra crostata con marmellata e ciambella con gocce di cioccolato

RICETTARIO MENU' ASILO NIDO – PITIGLIANO (GR)

fascia d'età 1– 3 anni – Rev. 0 del 8/11/2016

Pomodori pelati e/o salsa di pomodoro	20
Olio e.v.o.	5
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Aromi (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B
Patate	80
Latte	2
Parmigiano	2
Olio e.v.o	5
Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	484.6	17.9	15.9	71.7

VENERDI'

Pasta al pomodoro – Arista di maiale – fagiolini lessi – pane – yogurt

ALIMENTI	GRAMMATURE
Pasta di semola	40
Pomodori pelati e/o salsa di pomodoro	50
Olio e.v.o.	5
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Parmigiano	5
Suino magro	40
Olio e.v.o.	2
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Aromi (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B
Fagiolini*	80
Aromi (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B
Olio e.v.o	3
Pane comune o integrale	30
Yogurt	125

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	416.5	20.3	11.5	61.8

I prodotti contrassegnati da asterisco (*) potrebbero essere, o contenere prodotti, di tipo congelato surgelato.

Le grammature si riferiscono agli alimenti a crudo e privati degli scarti.

Le pietanze sono condite con sale iodato utilizzato rispettando le dosi raccomandate dai LARN.

** Il DOLCE sarà di produzione del Forno locale e si alternerà tra crostata con marmellata e ciambella con gocce di cioccolato

AZIENDA SANITARIA LOCALE N.9 CROCE
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
Zona IV - Grossetana

17 NOV 2016

Di

RICETTARIO MENU' ASILO NIDO – PITIGLIANO (GR)

fascia d'età 1– 3 anni – Rev. 0 del 8/11/2016

Media settimanale	458.1	18.9	14.7	66.7

2° SETTIMANA

LUNEDI'

Pasta in bianco – vitello arrosto – pisellini in bianco – pane – frutta di stagione

ALIMENTI	GRAMMATURE
Pasta di semola	40
Olio e.v.o.	5
Parmigiano	5
Vitello magro	40
Olio e.v.o.	2
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Aromi (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B
Pisellini*	50
Aromi (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B
Olio e.v.o.	5
Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	451.5	18.8	15.4	63.3

MERTEDI'

Passato di legumi – uovo sodo – verdura di stagione cruda o cotta – pane – frutta di stagione

ALIMENTI	GRAMMATURE
Pasta di semola	20
Legumi (fagioli, ceci, lenticchie)	30
Olio e.v.o.	5
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Parmigiano	5
Uovo	n.1
Verdura di stagione* (bietta/carota/cetrioli/fagiolini/insalata)	80 – 50 (insalata)

I prodotti contrassegnati da asterisco (*) potrebbero essere, o contenere prodotti, di tipo congelato o surgelato.
Le grammature si riferiscono agli alimenti a crudo e privati degli scarti.

Le pietanze sono condite con sale iodato utilizzando le dosi raccomandate dal LARN.

** Il DOLCE sarà di produzione del Forno locale e si alternerà tra crostata con marmellata e ciambella con gocce di cioccolato

AZIENDA SANITARIA LOCALE N.9 GROSSO
DIPARTIMENTO DELLA PREVENZIONE
Zona IV - Grossetana

17 NOV. 2016

RICETTARIO MENU' ASILO NIDO – PITIGLIANO (GR)

fascia d'età 1– 3 anni – Rev. 0 del 8/11/2016

finocchi/insalata/melanzane/pomodori/spinaci/zucchine)	
Aromi (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Olio e.v.o	5
Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	533.5	24	18.4	72.5

MERCOLEDI'

Crostini al ragù – mozzarella – bieta – pane – frutta di stagione

ALIMENTI	GRAMMATURE
Pane comune o integrale	40
Vitello magro macinato	20
Olio e.v.o.	5
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Mozzarella	30
Bieta*	80
Aromi (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Olio e.v.o	5
Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100

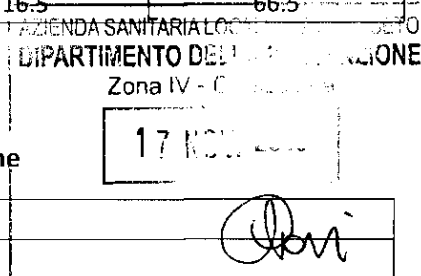
APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	467.5	17.3	16.5	66.5

GIOVEDI'

Pasta con zucchine – pollo arrosto – patate lesse – pane – frutta di stagione

ALIMENTI	GRAMMATURE
Pasta di semola	40



I prodotti contrassegnati da asterisco (*) potrebbero essere, o contenere prodotti, di tipo congelato/surgelato.

Le grammature si riferiscono agli alimenti a crudo e privati degli scarti.

Le pietanze sono condite con sale iodato utilizzato rispettando le dosi raccomandate dai LARN.

** Il DOLCE sarà di produzione del Forno locale e si alternerà tra crostata con marmellata e ciambella con gocce di cioccolato

RICETTARIO MENU' ASILO NIDO – PITIGLIANO (GR)

fascia d'età 1– 3 anni – Rev. 0 del 8/11/2016

Zucchine*	60
Olio e.v.o.	5
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Parmigiano	5
Petto di pollo	40
Aromi (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B
Olio e.v.o	2
Patate	50
Aromi (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Olio e.v.o	3
Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100

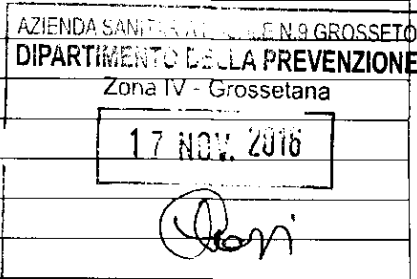
APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	462.4	20.7	12.1	72.1

VENERDI'

Pasta al pomodoro – platessa al forno – carote all'olio – pane – yogurt

ALIMENTI	GRAMMATURE
Pasta di semola	40
Pomodori pelati e/o salsa di pomodoro	60
Olio e.v.o.	5
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Parmigiano	5
Platessa*	40
Aromi (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B
Olio e.v.o	2
Bieta*	80
Aromi (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Olio e.v.o	5
Pane comune o integrale	30



I prodotti contrassegnati da asterisco (*) potrebbero essere, o contenere prodotti, di tipo congelato/surgelato.

Le grammature si riferiscono agli alimenti a crudo e privati degli scarti.

Le pietanze sono condite con sale iodato utilizzato rispettando le dosi raccomandate dai LARN.

** Il DOLCE sarà di produzione del Forno locale e si alternerà tra crostata con marmellata e ciambella con gocce di cioccolato

RICETTARIO MENU' ASILO NIDO – PITIGLIANO (GR)

fascia d'età 1– 3 anni – Rev. 0 del 8/11/2016

Yogurt	125
--------	-----

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	467.2	21.1	15.9	63.9
Media settimanale	476.4	20.4	15.7	67.7

3° SETTIMANA

LUNEDI'

Pasta al pomodoro – petto di pollo alla mugnaia – fagiolini all'olio – pane – frutta di stagione

ALIMENTI	GRAMMATURE
Pasta di semola	40
Pomodori pelati e/o salsa di pomodoro	60
Olio e.v.o.	5
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Parmigiano	5
Petto di pollo	40
Aromi (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B
Limone	Q.B
Olio e.v.o	2
Fagiolini*	80
Aromi (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Olio e.v.o	5
Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	464.1	19.5	15.7	65.1

MARTEDI'

Minestra in brodo di verdure – polpette al forno – fagioli all'olio – pane – frutta di stagione

ALIMENTI	GRAMMATURE
<p>I prodotti contrassegnati da asterisco (*) potrebbero essere, o contenere prodotti, di tipo congelato/surgelato. Le grammature si riferiscono agli alimenti a crudo e privati degli scarti. Le pietanze sono condite con sale iodato utilizzato rispettando le dosi raccomandate dai LARN. ** Il DOLCE sarà di produzione del Forno locale e si alternerà tra crostata con marmellata e ciambella con gocce di cioccolato</p>	

AZIENDA SANITARIA LOCALE N. 9 PITIGLIANO
 DIPARTIMENTO DI SANITA' PUBBLICA
 Zona IV - Pitigliano
 17/11/2016

RICETTARIO MENU' ASILO NIDO – PITIGLIANO (GR)

fascia d'età 1– 3 anni – Rev. 0 del 8/11/2016

Pasta di semola	20
Pomodori pelati e/o salsa di pomodoro	20
Verdure*	40
Brodo vegetale	100 mL
Patate	20
Olio e.v.o.	5
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Parmigiano	5
Vitello magro macinato	60
Patate	20
Pangrattato	10
Latte UHT	10
Aromi (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B
Olio e.v.o	2
Fagioli	20
Aromi (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Olio e.v.o	5
Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	526.8	25.3	14.1	79.7

MERCOLEDI'

Riso al ragù – stracchino – carote – pane – frutta di stagione

ALIMENTI	GRAMMATURE
Riso	40
Pomodori pelati e/o salsa di pomodoro	40
Vitello magro macinato	20
Olio e.v.o.	5
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Parmigiano	5
Stracchino	30
Carote*	80

AZIENDA SANITARIA LOCALE N.9 GROSSETO
DIPARTIMENTO DELLA PREVENZIONE
Zona IV - Grossetana
17 NOV. 2016

[Signature]

I prodotti contrassegnati da asterisco (*) potrebbero essere, o contenere prodotti, di tipo congelato/surgelato.

Le grammature si riferiscono agli alimenti a crudo e privati degli scarti.

Le pietanze sono condite con sale iodato utilizzato rispettando le dosi raccomandate dai LARN.

** Il DOLCE sarà di produzione del Forno locale e si alternerà tra crostata con marmellata e ciambella con gocce di cioccolato

RICETTARIO MENU' ASILO NIDO – PITIGLIANO (GR)

fascia d'età 1– 3 anni – Rev. 0 del 8/11/2016

Olio e.v.o	5
Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100

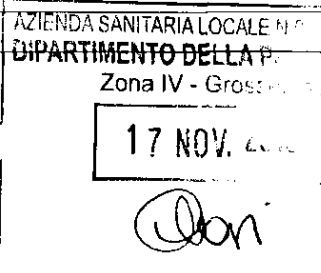
APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	485.5	17.3	18.5	66.5

GIOVEDI'

Passato di verdure – frittata in umido – purè di patate – pane – frutta di stagione

ALIMENTI	GRAMMATURE
Pasta di semola	20
Pomodori pelati e/o salsa di pomodoro	20
Patate	20
Verdure*	60
Olio e.v.o.	5
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Parmigiano	5
Uovo	n.1
Latte UHT	10
Pomodori pelati e/o salsa di pomodoro	20
Parmigiano	2
Olio e.v.o	2
Patate	50
Latte UHT	10
Parmigiano	2
Aromi (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B
Olio e.v.o	5
Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100



I prodotti contrassegnati da asterisco (*) potrebbero essere, o contenere prodotti, di tipo congelato/surgelato.

Le grammature si riferiscono agli alimenti a crudo e privati degli scarti.

Le pietanze sono condite con sale iodato utilizzato rispettando le dosi raccomandate dai LARN.

** Il DOLCE sarà di produzione del Forno locale e si alternerà tra crostata con marmellata e ciambella con gocce di cioccolato

RICETTARIO MENU' ASILO NIDO – PITIGLIANO (GR)

fascia d'età 1– 3 anni – Rev. 0 del 8/11/2016

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	553.9	23.4	17.9	79.8

VENERDI'

Pasta in bianco – platessa al forno – verdura di stagione cruda o cotta – pane – dolce (crostata con marmellata o ciambella con gocce di cioccolato)

ALIMENTI	GRAMMATURE
Pasta di semola	40
Olio e.v.o.	5
Parmigiano	5
Platessa*	40
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Aromi (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B
Olio e.v.o	2
Verdura di stagione* (bieta/carota/cetrioli/fagiolini/finocchi/insalata/melanzane/pomodori/spinaci/zucchine)	80 – 50 (insalata)
Olio e.v.o	5
Pane comune o integrale	30
Crostata con marmellata o ciambella con gocce di cioccolato**	40

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	505.5	18.2	14.6	80.2
Media settimanale	507.2	20.7	16.2	74.3

4° SETTIMANA

LUNEDI'

Pasta fantasia – prosciutto cotto – spinaci lessi - pane – frutta di stagione

ALIMENTI	GRAMMATURE	
Pasta di semola	40	AZIENDA SANITARIA LOCALE N.9 GROSSETO DIPARTIMENTO DELLA PREVENZIONE Zona IV - Grossetana
Pomodori	20	

I prodotti contrassegnati da asterisco (*) potrebbero essere, o contenere prodotti, di tipo congelato/surgelato.

Le grammature si riferiscono agli alimenti a crudo e privati degli scarti.

Le pietanze sono condite con sale iodato utilizzato rispettando le dosi raccomandate dai LARN.

** Il DOLCE sarà di produzione del Forno locale e si alternerà tra crostata con marmellata e ciambella con gocce di cioccolato

17 NOV 2016



RICETTARIO MENU' ASILO NIDO – PITIGLIANO (GR)

fascia d'età 1– 3 anni – Rev. 0 del 8/11/2016

Mozzarella	20
Olio e.v.o.	5
Basilico	Q.B.
Prosciutto cotto	30
Spinaci*	80
Olio e.v.o.	5
Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100

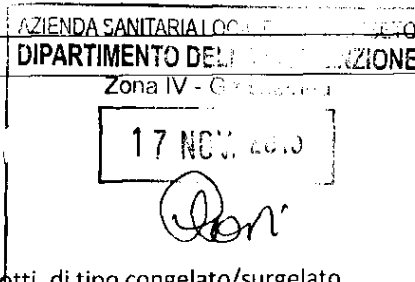
APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	494.5	21.6	17.4	66.9

MARTEDI'

Minestra di riso e patate – petto di pollo – verdura di stagione cruda o cotta – Frutta di stagione

ALIMENTI	GRAMMATURE
Riso	20
Patate	40
Pomodori pelati e/o salsa di pomodoro	20
Olio e.v.o.	5
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B.
Parmigiano	5
Petto di pollo	40
Aromi (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B.
Olio e.v.o.	2
Verdura di stagione* (bieta/carota/cetrioli/fagiolini/finocchi/insalata/melanzane/pomodori/spinaci/zucchine)	80 – 50 (insalata)
Olio e.v.o.	5
Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100



I prodotti contrassegnati da asterisco (*) potrebbero essere, o contenere prodotti, di tipo congelato/surgelato.

Le grammature si riferiscono agli alimenti a crudo e privati degli scarti.

Le pietanze sono condite con sale iodato utilizzato rispettando le dosi raccomandate dai LARN.

** Il DOLCE sarà di produzione del Forno locale e si alternerà tra crostata con marmellata e ciambella con gocce di cioccolato

RICETTARIO MENU' ASILO NIDO – PITIGLIANO (GR)

fascia d'età 1– 3 anni – Rev. 0 del 8/11/2016

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	509.9	24.9	13.9	76.1

MERCOLEDI'

Risotto allo zafferano – frittata con zucchine – pomodori all'olio - pane – frutta di stagione

ALIMENTI	GRAMMATURE
Riso	40
Olio e.v.o.	5
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Zafferano	Q.B
Parmigiano	5
Uova	n.1
Zucchine*	40
Aromi (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B
Olio e.v.o	2
Pomodori	80
Olio e.v.o	5
Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	497	18.1	19.8	65.4

GIOVEDI'

Pasta con piselli e prosciutto cotto – fettine alla pizzaiola – patate lesse – pane – frutta di stagione

ALIMENTI	GRAMMATURE
Pasta di semola	40
Pisellini*	20
Prosciutto cotto	10
Olio e.v.o.	5
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Vitello	40
Pomodori e/o salsa di pomodoro	20

AZIENDA SANITARIA LOCALE N.9 GI
DIPARTIMENTO DELLA PRE
Zona IV – Grosseto
17 NOV. 2016

Doni

I prodotti contrassegnati da asterisco (*) potrebbero essere, o contenere prodotti, di tipo congelato/surgelato.

Le grammature si riferiscono agli alimenti a crudo e privati degli scarti.

Le pietanze sono condite con sale iodato utilizzato rispettando le dosi raccomandate dai LARN.

** Il DOLCE sarà di produzione del Forno locale e si alternerà tra crostata con marmellata e ciambella con gocce di cioccolato

RICETTARIO MENU' ASILO NIDO – PITIGLIANO (GR)

fascia d'età 1– 3 anni – Rev. 0 del 8/11/2016

Aromi (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B
Olio e.v.o	2
Patate	50
Olio e.v.o	5
Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	506.9	21.8	16.5	72.3

VENERDI'

Pasta in bianco – Nasello/merluzzo in umido – verdura di stagione cruda o cotta – pane – yogurt

ALIMENTI	GRAMMATURE
Pasta di semola	40
Olio e.v.o.	5
Parmigiano	5
Nasello* o Merluzzo*	40
Pomodori e/o salsa di pomodoro	20
Aromi (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B
Olio e.v.o	2
Verdura di stagione* (bietta/carota/cetrioli/fagiolini/finocchi/insalata/melanzane/pomodori/spinaci/zucchine)	80 – 50 (insalata)
Olio e.v.o	5
Pane comune o integrale	30
Yogurt	125

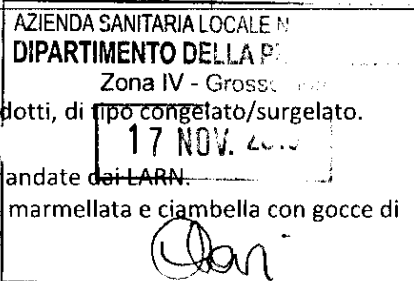
APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	456.7	20.5	15.6	62.4
Media settimanale	493	21.4	16.6	68.6

I prodotti contrassegnati da asterisco (*) potrebbero essere, o contenere prodotti, di tipo congelato/surgelato. Le gramature si riferiscono agli alimenti a crudo e privati degli scarti.

Le pietanze sono condite con sale iodato utilizzato rispettando le dosi raccomandate dal LARN.

** Il DOLCE sarà di produzione del Forno locale e si alternerà tra crostata con marmellata e ciambella con gocce di cioccolato



RICETTARIO MENU' ASILO NIDO – PITIGLIANO (GR)fascia d'età 1– 3 anni – Rev. 0 del 8/11/2016**MENU' AUTUNNO/INVERNO****1° SETTIMANA****LUNEDI'****Pasta al pesto – petto di pollo arrosto – Verdura di stagione cruda o cotta – pane – frutta di stagione**

ALIMENTI	GRAMMATURE
Pasta di semola	40
Basilico	Q.B
Zucchine	20
Olio e.v.o.	5
Parmigiano	5
Petto di pollo	40
Aromi (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B
Olio e.v.o	2
Verdura* di stagione (bieta/carote/cavoli/finocchi/insalata/melanzane/spinaci/zucca)	80 – 50 (insalata)
Olio e.v.o	5
Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	457.8	19.2	15.5	64.2

MARTEDI'**Minestra di verdure – frittata – pure di patate – pane – frutta di stagione**

ALIMENTI	GRAMMATURE
Pasta di semola	20
Verdure*	60
Pomodori pelati e/o salsa di pomodoro	20
Olio e.v.o.	5
Parmigiano	5
Uovo	n.1
Olio e.v.o	2
Patate	50

AZIENDA SANITARIA LOCALE N.9 GROSSETO
DIPARTIMENTO DELLA PREVENZIONE
Zona IV - Grossetana

17 NOV 2016

I prodotti contrassegnati da asterisco (*) potrebbero essere, o contenere prodotti, di tipo congelato o surgelato.
Le grammature si riferiscono agli alimenti a crudo e privati degli scarti.

Le pietanze sono condite con sale iodato utilizzato rispettando le dosi raccomandate dai LARN.

** Il DOLCE sarà di produzione del Forno locale e si alternerà tra crostata con marmellata e ciambella con gocce di cioccolato

Jan

RICETTARIO MENU' ASILO NIDO – PITIGLIANO (GR)

fascia d'età 1– 3 anni – Rev. 0 del 8/11/2016

Latte UHT	10
Olio e.v.o	5
Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	476.4	16.6	19.4	62.7

MERCOLEDI'

Pasta al forno - prosciutto cotto – cavolfiore – pane - frutta di stagione

ALIMENTI	GRAMMATURE
Pasta di semola	40
Pomodori pelati e/o salsa di pomodoro	20
Vitello magro macinato	10
Olio e.v.o.	5
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Parmigiano	5
Prosciutto cotto	30
Cavolfiore*	80
Olio e.v.o	5
Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100

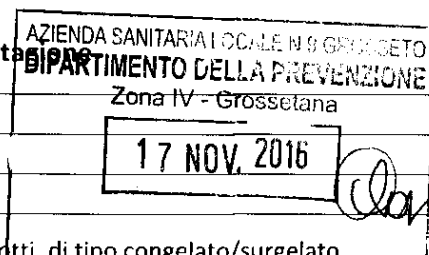
APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	500.7	24.3	16.7	67.5

GIOVEDI'

Riso in bianco – bastoncini di pesce – fagiolini lessi – pane – frutta di stagione

ALIMENTI	GRAMMATURE
Riso	40
Olio e.v.o.	5



I prodotti contrassegnati da asterisco (*) potrebbero essere, o contenere prodotti, di tipo congelato/surgelato.

Le grammature si riferiscono agli alimenti a crudo e privati degli scarti.

Le pietanze sono condite con sale iodato utilizzato rispettando le dosi raccomandate dai LARN.

** Il DOLCE sarà di produzione del Forno locale e si alternerà tra crostata con marmellata e ciambella con gocce di cioccolato

RICETTARIO MENU' ASILO NIDO – PITIGLIANO (GR)

fascia d'età 1– 3 anni – Rev. 0 del 8/11/2016

Parmigiano	5
Bastoncini di pesce* (prod.preconfezionato)	n.2
Fagiolini*	80
Olio e.v.o	5
Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	478	17.4	14.5	73.8

VENERDI'

Pasta al pomodoro – arista di maiale – finocchi all'olio – pane – dolce (crostata con marmellata o ciambella con gocce di cioccolato)

ALIMENTI	GRAMMATURE
Pasta di semola	40
Pomodori pelati e/o salsa di pomodoro	60
Olio e.v.o.	5
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Parmigiano	5
Suino magro	40
Aromi (aglio, rosmarino, savia)	Q.B
Olio e.v.o	2
Finocchi*	80
Olio e.v.o	5
Pane comune o integrale	30
Crostata con marmellata o ciambella con gocce di cioccolato **	40

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

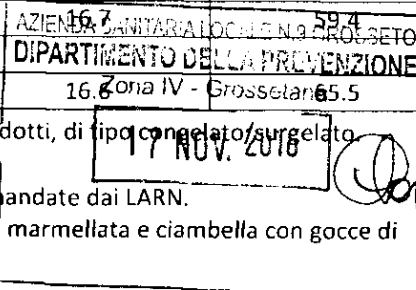
	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	466.1	23.3	16.7	59.4
Media settimanale	475.8	20.2	16.6	65.5

I prodotti contrassegnati da asterisco (*) potrebbero essere, o contenere prodotti, di tipo congelato/surgelato.

Le grammature si riferiscono agli alimenti a crudo e privati degli scarti.

Le pietanze sono condite con sale iodato utilizzato rispettando le dosi raccomandate dai LARN.

** Il DOLCE sarà di produzione del Forno locale e si alternerà tra crostata con marmellata e ciambella con gocce di cioccolato



RICETTARIO MENU' ASILO NIDO – PITIGLIANO (GR)

fascia d'età 1– 3 anni – Rev. 0 del 8/11/2016

2° SETTIMANA

LUNEDI'

Pasta con verdure – vitello arrosto – patate lesse/arrosto – pane – frutta di stagione

ALIMENTI	GRAMMATURE
Pasta di semola	40
Verdure*	60
Olio e.v.o.	5
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B.
Parmigiano	5
Vitello	40
Aromi (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B.
Olio e.v.o.	2
Patate	50
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B.
Olio e.v.o.	5
Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	495.9	19.2	16.2	72.7

MARTEDI'

Passato di legumi – petto di pollo ai ferri – verdura di stagione cruda o cotta – pane – frutta di stagione

ALIMENTI	GRAMMATURE
Pasta di semola	20
Legumi (fagioli, ceci, lenticchie)	30
Pomodori pelati e/o salsa di pomodoro	20
Patate	10
Olio e.v.o.	5
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B.
Parmigiano	5
Petto di pollo	40
Olio e.v.o.	2
Aromi	Q.B.

AZIENDA SANITARIA LOCALE N°8 GROSSETO
 DIPARTIMENTO DELLA PREVENZIONE
 Zona IV - Grossetana

17 NOV. 2016

I prodotti contrassegnati da asterisco (*) potrebbero essere, o contenere prodotti, di tipo congelato/surgelato.

Le grammature si riferiscono agli alimenti a crudo e privati degli scarti.

Le pietanze sono condite con sale iodato utilizzato rispettando le dosi raccomandate dai LARN.

** Il DOLCE sarà di produzione del Forno locale e si alternerà tra crostata con marmellata e ciambella con gocce di cioccolato

RICETTARIO MENU' ASILO NIDO – PITIGLIANO (GR)

fascia d'età 1– 3 anni – Rev. 0 del 8/11/2016

Verdura* di stagione (bieta/carote/cavoli/finocchi/insalata/melanzane/spinaci/zucca)	80 – 50 (insalata)
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Olio e.v.o	5
Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	497.7	24.5	13.5	74.1

MERCOLEDI'

Crostini al ragù – mozzarella – verdura di stagione cruda o cotta – pane – frutta di stagione

ALIMENTI	GRAMMATURE
Pane comune o integrale	50
Vitello magro macinato	10
Olio e.v.o.	5
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Parmigiano	5
Mozzarella	30
Verdura* di stagione (bieta/carote/cavoli/finocchi/insalata/melanzane/spinaci/zucca)	80 – 50 (insalata)
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Olio e.v.o	5
Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	522.4	18.1	19.9	72.1

AZIENDA SANITARIA LOCALE N.9 GROSSETO
DIPARTIMENTO DELLA PREVENZIONE
Zona IV - Grossetana

17 NOV. 2016

I prodotti contrassegnati da asterisco (*) potrebbero essere, o contenere prodotti, di tipo congelato/surgelato.

Le grammature si riferiscono agli alimenti a crudo e privati degli scarti.

Le pietanze sono condite con sale iodato utilizzato rispettando le dosi raccomandate dal LARN.

** Il DOLCE sarà di produzione del Forno locale e si alternerà tra crostata con marmellata e ciambella con gocce di cioccolato

RICETTARIO MENU' ASILO NIDO – PITIGLIANO (GR)

fascia d'età 1– 3 anni – Rev. 0 del 8/11/2016

GIOVEDI'

Minestra in brodo – platessa – bieta lessa – pane – frutta di stagione

ALIMENTI	GRAMMATURE
Pasta di semola	30
Brodo vegetale	100mL
Olio e.v.o.	5
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Parmigiano	5
Platessa*	40
Odori (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B
Olio e.v.o	2
Bieta*	80
Olio e.v.o	5
Odori (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B
Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	414.6	14.6	14.1	60.8

VENERDI'

Tortellini al pomodoro – uovo sodo – zucchine – pane – yogurt

ALIMENTI	GRAMMATURE
Tortellini	40
Pomodori pelati e/o salsa di pomodoro	60
Olio e.v.o.	5
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Parmigiano	5
Uovo	n.1
Zucchine*	80
Olio e.v.o	5
Odori (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B
Pane comune o integrale	30

AZIENDA SANITARIA LOCALE N.9 GROSSETO
DIPARTIMENTO DELLA PREVENZIONE
Zona IV - Grossetana

17 NOV. 2016

[Signature]

I prodotti contrassegnati da asterisco (*) potrebbero essere, o contenere prodotti, di tipo congelato/surgelato.

Le grammature si riferiscono agli alimenti a crudo e privati degli scarti.

Le pietanze sono condite con sale iodato utilizzato rispettando le dosi raccomandate dai LARN.

** Il DOLCE sarà di produzione del Forno locale e si alternerà tra crostata con marmellata e ciambella con gocce di cioccolato

RICETTARIO MENU' ASILO NIDO – PITIGLIANO (GR)

fascia d'età 1– 3 anni – Rev. 0 del 8/11/2016

Yogurt	125
--------	-----

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	509.8	25	20.4	60.6
Media settimanale	488.1	20.1	16.8	68.1

3° SETTIMANA

LUNEDI'

Pasta al pomodoro – petto di pollo – fagiolini all'olio – pane – frutta di stagione

ALIMENTI	GRAMMATURE
Pasta di semola	40
Pomodori pelati e/o salsa di pomodoro	60
Olio e.v.o.	5
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Parmigiano	5
Petto di pollo	40
Aromi (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B
Olio e.v.o.	2
Fagiolini	80
Olio e.v.o	5
Odori (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B
Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	468.3	19.8	15.8	65.7

15.8
15.8
DIPARTIMENTO DELLA PREVENZIONE
Zona IV - Grossetana

17 NOV. 2016

[Signature]

I prodotti contrassegnati da asterisco (*) potrebbero essere, o contenere prodotti, di tipo congelato/surgelato.

Le grammature si riferiscono agli alimenti a crudo e privati degli scarti.

Le pietanze sono condite con sale iodato utilizzato rispettando le dosi raccomandate dai LARN.

** Il DOLCE sarà di produzione del Forno locale e si alternerà tra crostata con marmellata e ciambella con gocce di cioccolato

RICETTARIO MENU' ASILO NIDO – PITIGLIANO (GR)

fascia d'età 1– 3 anni – Rev. 0 del 8/11/2016

MARTEDI'

Minestra in brodo di verdure – frittata con zucchine – verdura di stagione cruda o cotta – pane – frutta di stagione

ALIMENTI	GRAMMATURE
Pasta di semola	20
Pomodori pelati e/o salsa di pomodoro	20
Verdure*	60
Olio e.v.o.	5
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Parmigiano	5
Uovo	n.1
Zucchine*	20
Olio e.v.o.	2
Verdura* di stagione (bietta/carote/cavoli/finocchi/insalata/melanzane/spinaci/zucca)	80 – 50 (insalata)
Olio e.v.o.	5
Odori (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B
Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	517.5	22.6	17	73.1

MERCOLEDI'

Riso al ragù – ricotta – carote crude o cotte – pane – frutta di stagione

ALIMENTI	GRAMMATURE
Riso	40
Pomodori pelati e/o salsa di pomodoro	40
Vitello magro macinato	10
Olio e.v.o.	5
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Parmigiano	5
Ricotta	30
Carote*	80
Olio e.v.o.	5

AZIENDA SANITARIA LOCALE P. PITIGLIANO
DIPARTIMENTO DELLA PREVENZIONE
Zona IV - Grossetana

17 NOV. 2016

[Signature]

I prodotti contrassegnati da asterisco (*) potrebbero essere, o contenere prodotti, di tipo congelato/surgelato.

Le grammature si riferiscono agli alimenti a crudo e privati degli scarti.

Le pietanze sono condite con sale iodato utilizzato rispettando le dosi raccomandate dai LARN.

** Il DOLCE sarà di produzione del Forno locale e si alternerà tra crostata con marmellata e ciambella con gocce di cioccolato

RICETTARIO MENU' ASILO NIDO – PITIGLIANO (GR)

fascia d'età 1– 3 anni – Rev. 0 del 8/11/2016

Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	485.5	17.3	18.5	66.5

GIOVEDI'

Vellutata di verdure di stagione con crostini di pane – polpette – purè di patate – pane – frutta di stagione

ALIMENTI	GRAMMATURE
Pane per crostini	30
Pomodori pelati e/o salsa di pomodoro	20
Verdure*	40
Patate	10
Olio e.v.o.	5
Odori (carota, sedano, cipolla)*	Q.B
Parmigiano	5
Vitello magro macinato	40
Patate	15
Latte UHT	5
Pangrattato	2
Olio e.v.o.	2
Patate	50
Latte UHT	10
Olio e.v.o	5
Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	531.7	25.1	14.7	79.6

AZIENDA SANITARIA LOCALE N. 1 PITIGLIANO
DIPARTIMENTO DELLA PREVENZIONE
Zona IV - Grossetana

17 NOV 2016

I prodotti contrassegnati da asterisco (*) potrebbero essere, o contenere prodotti, di tipo congelato/surgelato.

Le grammature si riferiscono agli alimenti a crudo e privati degli scarti.

Le pietanze sono condite con sale iodato utilizzato rispettando le dosi raccomandate dai LARN.

** Il DOLCE sarà di produzione del Forno locale e si alternerà tra crostata con marmellata e ciambella con gocce di cioccolato

RICETTARIO MENU' ASILO NIDO – PITIGLIANO (GR)

fascia d'età 1– 3 anni – Rev. 0 del 8/11/2016

VENERDI'

Pasta in bianco – platessa al forno – verdura di stagione cruda o cotta – pane – dolce (crostata con marmellata o ciambella con gocce di cioccolato)

ALIMENTI	GRAMMATURE
Pasta di semola	40
Olio e.v.o.	5
Parmigiano	5
Platessa*	40
Aromi (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B
Cipolla (cipolla, sedano, carota)*	Q.B
Olio e.v.o.	2
Verdura* di stagione (bietta/carote/cavoli/finocchi/insalata/melanzane/spinaci/zucca)	80 – 50 (insalata)
Olio e.v.o	5
Pane comune o integrale	30
Crostata con marmellata o ciambella con gocce di cioccolato **	40

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

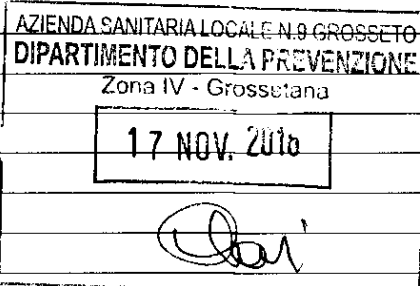
	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	494.8	17.2	12.2	84.2
Media settimanale	499.6	20.4	15.6	73.8

4° SETTIMANA

LUNEDI'

Pasta al pomodoro – petto di pollo arrosto – spinaci lessi – pane – frutta di stagione

ALIMENTI	GRAMMATURE
Pasta di semola	40
Pomodori pelati e/o salsa di pomodoro	60
Cipolla (cipolla, sedano, carota)*	Q.B
Olio e.v.o.	5
Parmigiano	5
Petto di pollo	40
Aromi (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B
Olio e.v.o.	2



I prodotti contrassegnati da asterisco (*) potrebbero essere, o contenere prodotti, di tipo congelato/surgelato.

Le grammature si riferiscono agli alimenti a crudo e privati degli scarti.

Le pietanze sono condite con sale iodato utilizzato rispettando le dosi raccomandate dai LARN.

** Il DOLCE sarà di produzione del Forno locale e si alternerà tra crostata con marmellata e ciambella con gocce di cioccolato

RICETTARIO MENU' ASILO NIDO – PITIGLIANO (GR)

fascia d'età 1– 3 anni – Rev. 0 del 8/11/2016

Spinaci*	80
Olio e.v.o.	5
Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	457.5	17.9	15.2	66.3

MARTEDI'

Tortellini in brodo – caciotta – sformato di verdure – pane – frutta di stagione

ALIMENTI	GRAMMATURE
Tortellini	40
Brodo vegetale*	100mL
Cipolla (cipolla, sedano, carota)*	Q.B
Olio e.v.o.	5
Parmigiano	5
Caciotta	30
Verdura* di stagione (bieta/carote/cavoli/spinaci/zucca)	80
Patate	10
Latte UHT	10
Olio e.v.o.	5
Cipolla (cipolla, sedano, carota)*	Q.B
Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	498.6	18.7	18.7	68.2

MERCOLEDI'

Risotto allo zafferano – frittata con verdure – patate lesse – pane – frutta di stagione

ALIMENTI	GRAMMATURE
Riso	40

AZIENDA SANITARIA LOCALE
 DIPARTIMENTO DI DIETETICA
 Zona IV - Grosseto

17 NOV 2016

I prodotti contrassegnati da asterisco (*) potrebbero essere, o contenere prodotti, di tipo congelato/surgelato.
 Le grammature si riferiscono agli alimenti a crudo e privati degli scarti.

Le pietanze sono condite con sale iodato utilizzato rispettando le dosi raccomandate dai LARN.

** Il DOLCE sarà di produzione del Forno locale e si alternerà tra crostata con marmellata e ciambella con gocce di cioccolato

RICETTARIO MENU' ASILO NIDO – PITIGLIANO (GR)

fascia d'età 1– 3 anni – Rev. 0 del 8/11/2016

Brodo vegetale*	100mL
Zafferano	Q.B
Cipolla (cipolla, sedano, carota)*	Q.B
Olio e.v.o.	5
Parmigiano	5
Uovo	n.1
Verdure* (zucchine, spinaci, bieta, pomodoro)	40
Olio e.v.o	2
Patate	50
Aromi (prezzemolo, aglio, rosmarino)	Q.B
Olio e.v.o	5
Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	506.2	16.1	18.9	72.4

GIOVEDI'

Passato di legumi – polpette – verdure di stagione crude o cotte – pane – frutta di stagione

ALIMENTI	GRAMMATURE
Pasta di semola	20
Brodo vegetale*	100mL
Legumi (fagioli, ceci, lenticchie)	30
Cipolla (cipolla, sedano, carota)*	Q.B
Olio e.v.o.	5
Parmigiano	5
Vitello magro macinato	40
Patate	10
Latte UHT	10
Pangrattato	5
Olio e.v.o	2
Verdura* di stagione (bieta/carote/cavoli/finocchi/insalata/melanzane/spinaci/zucca)	80 – 50 (insalata)
Aromi (aglio, rosmarino, salvia)	Q.B
Olio e.v.o	5

ASPIRANTE SANITARIA LOCALE N. 1
DIPARTIMENTO DELLA SALUTE
Zona IV - Grosseto

17 NOV. 2016

I prodotti contrassegnati da asterisco (*) potrebbero essere, o contenere prodotti, di tipo congelato/surgelato.
Le grammature si riferiscono agli alimenti a crudo e privati degli scarti.

Le pietanze sono condite con sale iodato utilizzato rispettando le dosi raccomandate dall'ARL.

** Il DOLCE sarà di produzione del Forno locale e si alternerà tra crostata con marmellata e ciambella con gocce di cioccolato

RICETTARIO MENU' ASILO NIDO – PITIGLIANO (GR)

fascia d'età 1– 3 anni – Rev. 0 del 8/11/2016

Pane comune o integrale	30
Frutta di stagione	100

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	501.4	24.7	13.8	74.3

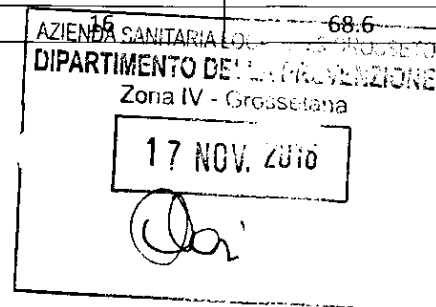
VENERDI'

Pasta in bianco – nasello/merluzzo in umido – verdura di stagione cruda o cotta – pane – yogurt

ALIMENTI	GRAMMATURE
Pasta di semola	40
Olio e.v.o.	5
Parmigiano	5
Nasello* o Merluzzo*	40
Pomodori pelati e/o salsa di pomodoro	20
Olio e.v.o	2
Verdura* di stagione (bieta/carote/cavoli/finocchi/insalata/melanzane/spinaci/zucca)	80 – 50 (insalata)
Odori (cipolla, carote, sedano)*	Q.B
Olio e.v.o	3
Pane comune o integrale	30
Yogurt	125

APPORTO CALORICO E MACRONUTRIENTI

	Energia (Kcal)	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)
NIDO	434.5	20.3	13.5	61.8
Media settimanale	479	19.5	16	68.6



I prodotti contrassegnati da asterisco (*) potrebbero essere, o contenere prodotti, di tipo congelato/surgelato.

Le grammature si riferiscono agli alimenti a crudo e privati degli scarti.

Le pietanze sono condite con sale iodato utilizzato rispettando le dosi raccomandate dai LARN.

** Il DOLCE sarà di produzione del Forno locale e si alternerà tra crostata con marmellata e ciambella con gocce di cioccolato

MENU' ASILO NIDO – PITIGLIANO (GR)

fascia d'età 1– 3 anni

MENU' AUTUNNO/INVERNO**PRIMA SETTIMANA**

	PRIMO	SECONDO	CONTORNO	PANE – FRUTTA O DOLCE
LUNEDI'	Pasta al pesto	Petto di pollo arrosto	Verdura di stagione cruda o cotta	Pane – Frutta di stagione
MARTEDI'	Minestra di verdure	Frittata	Purè di patate	Pane – Frutta di stagione
MERCOLEDI'	Pasta al forno	Prosciutto cotto	Cavolfiore	Pane – Frutta di stagione
GIOVEDI'	Riso in bianco	Bastoncini di pesce	Fagiolini lessi	Pane – Frutta di stagione
VENERDI'	Pasta al pomodoro	Arista di maiale	Finocchi all'olio	Pane – Dolce

SECONDA SETTIMANA

	PRIMO	SECONDO	CONTORNO	PANE – FRUTTA O DOLCE
LUNEDI'	Pasta con verdure	Vitello arrosto	Patate lesse/arrosto	Pane – Frutta di stagione
MARTEDI'	Passato di legumi	Petto di pollo ai ferri	Verdura di stagione cruda o cotta	Pane – Frutta di stagione
MERCOLEDI'	Crostini al ragù	Mozzarella	Verdura di stagione cruda o cotta	Pane – Frutta di stagione
GIOVEDI'	Minestra in brodo	Platessa	Bieta lessa	Pane – Frutta di stagione
VENERDI'	Tortelli al pomodoro	Uovo sodo	Zucchine	Pane – Yogurt

TERZA SETTIMANA

	PRIMO	SECONDO	CONTORNO	PANE – FRUTTA O DOLCE
LUNEDI'	Pasta al pomodoro	Petto di pollo	Fagiolini all'olio	Pane – Frutta di stagione
MARTEDI'	Minestra in brodo di verdure	Frittata con zucchine	Verdura di stagione cruda o cotta	Pane – Frutta di stagione
MERCOLEDI'	Riso al ragù	Ricotta	Carote crude o cotte	Pane – Frutta di stagione
GIOVEDI'	Vellutata di verdure di stagione con crostini di pane	Polpette	Purè di patate	Pane – Frutta di stagione
VENERDI'	Pasta in bianco	Platessa al forno	Verdura di stagione cruda o cotta	Pane – Dolce

AZIENDA SANITARIA LOCALE N. 1 GROSSETO
DIPARTIMENTO DELLA PREVENZIONE
Zona IV - Grossetana

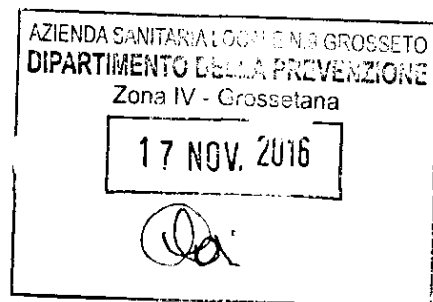
17 NOV. 2016



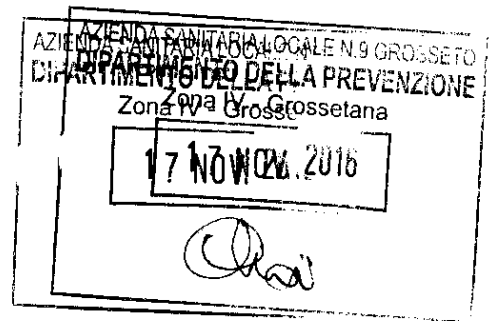
Dott.ssa Erminia Solomita – DIETISTA CAMST

MENU' ASILO NIDO – PITIGLIANO (GR)fascia d'età 1– 3 anni**QUARTA SETTIMANA**

	PRIMO	SECONDO	CONTORNO	PANE – FRUTTA O DOLCE
LUNEDI'	Pasta al pomodoro	Petto di pollo arrosto	Spinaci lessi	Pane – Frutta di stagione
MARTEDI'	Tortellini in brodo	Caciotta	Sformato di verdure	Pane – Frutta di stagione
MERCOLEDI'	Risotto allo zafferano	Frittata con verdure	Patate lesse	Pane – Frutta di stagione
GIOVEDI'	Passato di legumi	Polpette	Verdura di stagione cruda o cotta	Pane – Frutta di stagione
VENERDI'	Pasta all'olio	Nasello/merluzzo	Verdura di stagione cruda o cotta	Pane – Yogurt



MENU' ASILO NIDO – PITIGLIANO (GR)
fascia d'età 1– 3 anni



MENU' PRIMAVERA/ESTATE

PRIMA SETTIMANA

	PRIMO	SECONDO	CONTORNO	PANE – FRUTTA O DOLCE
LUNEDI'	Pasta al pomodoro	Petto di pollo	Verdura di stagione crude o cotte	Pane – Frutta di stagione
MARTEDI'	Riso in bianco	Frittata	Pomodori all'olio	Pane – Frutta di stagione
MERCOLEDI'	Pasta al forno	Prosciutto cotto	Spinaci lessi	Pane – Frutta di stagione
GIOVEDI'	Minestra di verdura	Nasello/merluzzo al pomodoro	Purè di patate	Pane – Frutta di stagione
VENERDI'	Pasta al pomodoro	Arista di maiale	Fagiolini lessi	Pane – Yogurt

SECONDA SETTIMANA

	PRIMO	SECONDO	CONTORNO	PANE – FRUTTA O DOLCE
LUNEDI'	Pasta in bianco	Vitello arrosto	Pisellini in bianco	Pane – Frutta di stagione
MARTEDI'	Passato di legumi	Uovo sodo	Verdura di stagione cruda o cotta	Pane – Frutta di stagione
MERCOLEDI'	Crostini al ragù	Mozzarella	Bieta lessa	Pane – Frutta di stagione
GIOVEDI'	Pasta con le zucchine	Pollo arrosto	Patate lesse	Pane – Frutta di stagione
VENERDI'	Pasta al pomodoro	Platessa al forno	Carote all'olio	Pane – Yogurt

TERZA SETTIMANA

	PRIMO	SECONDO	CONTORNO	PANE – FRUTTA O DOLCE
LUNEDI'	Pasta al pomodoro	Petto di pollo alla mugnaia	Fagiolini all'olio	Pane – Frutta di stagione
MARTEDI'	Minestra in brodo di verdure	Polpette al forno	Fagioli all'olio	Pane – Frutta di stagione
MERCOLEDI'	Riso al ragù	Stracchino	Carote crude o cotte	Pane – Frutta di stagione
GIOVEDI'	Passato di verdure	Frittata in umido	Purè di patate	Pane – Frutta di stagione
VENERDI'	Pasta in bianco	Platessa al forno	Verdura di stagione cruda o cotta	Pane – Dolce

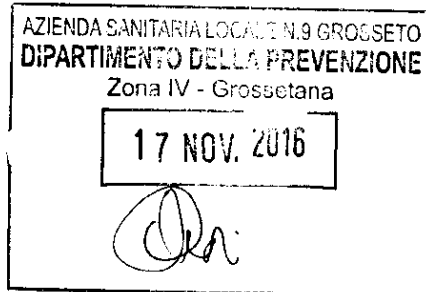
QUARTA SETTIMANA

	PRIMO	SECONDO	CONTORNO	PANE – FRUTTA O DOLCE
LUNEDI'	Pasta fantasia	Prosciutto cotto	Spinaci lessi	Pane – Frutta di stagione
MARTEDI'	Minestra di riso e patate	Petto di pollo	Verdura di stagione cruda o cotta	Pane – Frutta di stagione
MERCOLEDI'	Risotto allo	Frittata con	Pomodori all'olio	Pane – Frutta di stagione

Dott.ssa Erminia Solomita – DIETISTA CAMST

MENU' ASILO NIDO – PITIGLIANO (GR)fascia d'età 1– 3 anni

	zafferano	zucchine		
GIOVEDI'	Pasta piselli e prosciutto cotto	Fettine alla pizzaiola	Patate lesse	Pane – Frutta di stagione
VENERDI'	Pasta in bianco	Nasello/merluzzo in umido	Verdura di stagione cruda o cotta	Pane – Yogurt



SCUOLA INFANZIA MENU' ESTIVO
(1° maggio-30 giugno)

PRIMA SETTIMANA

	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA E DOLCE
LUNEDÌ	Pasta al pomodoro	Petto di pollo arrosto	Insalata	Pane-Frutta di stagione
MARTEDÌ	Minestra di verdure	Frittata	Pomodori all'olio	Pane-Frutta di stagione
MERCOLEDÌ	Pasta al forno	Prosciutto cotto	Spinaci lessi	Pane-Frutta di stagione
GIOVEDÌ	Riso in bianco	Nasello al pomodoro	Purè di patate	Pane – Frutta di stagione
VENERDÌ	Pasta al pomodoro	Arista di maiale	Fagiolini lessi	Pane-Yogurt

SECONDA SETTIMANA

	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA E DOLCE
LUNEDÌ	Pasta in bianco	Roast-beef	Pisellini in bianco	Pane-Frutta di stagione
MARTEDÌ	Passato di legumi	Frittata	Insalata	Pane-Frutta di stagione
MERCOLEDÌ	Crostini al ragù	Mozzarella	Patate arrosto	Pane-Frutta di stagione
GIOVEDÌ	Pasta con le zucchine	Pollo arrosto	Bieta lessa	Pane – Frutta di stagione
VENERDÌ	Pasta al pomodoro	Sogliola al forno	Carote all'olio	Pane - Budino

TERZA SETTIMANA

	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA E DOLCE
LUNEDÌ	Pasta al pomodoro	Petto di pollo alla mugnaia	Fagioli all'olio	Pane-Frutta di stagione
MARTEDÌ	Minestra in brodo	Polpette al forno	Fagiolini all'olio	Pane-Frutta di stagione
MERCOLEDÌ	Riso al ragù	Stracchino	Purè di patate	Pane-Frutta di stagione
GIOVEDÌ	Passato di verdura	Frittata in umido	Carote crude	Pane – Frutta di stagione
VENERDÌ	Pasta in bianco	Sogliola al forno	Insalata	Pane- Crostata

QUARTA SETTIMANA

	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA E DOLCE
LUNEDÌ	Pasta fantasia (pomodori, mozzarella, basilico)	Prosciutto cotto	Spinaci lessi	Pane-Frutta di stagione
MARTEDÌ	Minestra di riso e patate	Petto di pollo	Insalata	Pane-Frutta di stagione
MERCOLEDÌ	Risotto allo zafferano	Frittata con zucchine		Pane-Mecedonia
GIOVEDÌ	Pasta piselli e prosciutto cotto	Fettine alla pizzaiola	Patate lesse	Pane-Frutta di stagione
VENERDÌ	Pasta in bianco	Nasello in umido	Insalata	Budino

SCUOLA INFANZIA MENU' INVERNALE (1° ottobre-30 aprile)

(PRIMA SETTIMANA)

	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA E DOLCE
LUNEDÌ	Pasta al pesto	Petto di pollo arrosto	Insalata	Pane-Frutta di stagione
MARTEDÌ	Minestra di verdure	Frittata	Purè di patate	Pane-Frutta di stagione
MERCOLEDÌ	Pasta al forno	Prosciutto cotto	Cavolfiore	Pane-Frutta di stagione
GIOVEDÌ	Riso in bianco	Bastoncini di pesce	Fagiolini lessi	Pane – Frutta di stagione
VENERDÌ	Pasta al pomodoro	Arista di maiale	Finocchi all'olio	Pane-Dolce

SECONDA SETTIMANA

	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA E DOLCE
LUNEDÌ	Pasta all'olio	Roast-beef	Pisellini in bianco	Pane-Frutta di stagione
MARTEDÌ	Passato di legumi	Prosciutto cotto	Insalata	Pane-Frutta di stagione
MERCOLEDÌ	Crostini al ragù	Mozzarella	Patate arrosto	Pane-Frutta di stagione
GIOVEDÌ	Minestra in brodo	Sogliola	Bieta lessa	Pane – Frutta di stagione
VENERDÌ	Tortelli al pomodoro	Frittata	Zucchine	Pane – Budino

TERZA SETTIMANA

	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA E DOLCE
LUNEDÌ	Pasta al pomodoro	Petto di pollo	Fagioli all'olio	Pane-Frutta di stagione
MARTEDÌ	Minestra in brodo	Frittata con zucchine		Pane-Frutta di stagione
MERCOLEDÌ	Riso al ragù	Ricotta	Purè di patate	Pane-Frutta di stagione
GIOVEDÌ	Vellutata di verdura di stagione con crostini di pane	Polpette	Carote crude	Pane – Frutta di stagione
VENERDÌ	Pasta in bianco	Sogliola al forno	Insalata	Pane- Dolce

QUARTA SETTIMANA

	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA E DOLCE
LUNEDÌ	Pasta al pomodoro	Caciotta	Spinaci lessi	Pane-Frutta di stagione
MARTEDÌ	Tortellini in brodo	Petto di pollo arrosto	Sformato di verdure	Pane-Frutta di stagione
MERCOLEDÌ	Risotto allo zafferano	Frittata con patate		Pane-Frutta di stagione
GIOVEDÌ	Passato di legumi	Polpette	Patate al forno	Pane-Frutta di stagione
VENERDÌ	Pasta all'olio	Nasello	Insalata	Pane – Yogurt

1° SETTIMANA MENÙ ESTIVO

LUNEDÌ

MENU	GRAMMI Inf.			
PASTA AL POMODORO				
Pasta	50			
Salsa	10			
Odori (sedano, carota, cipolla)	q.b.			
Formaggio Parmigiano	4			
Petto di pollo	50			
Odori (aglio, rosmarino, salvia)	q.b.			
Insalata				
Frutta di stagione	100			
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire (pasta, insalata e petto Pollo) tot. 15 e per ogni pietanza 5	15			

MARTEDÌ

MENU	GRAMMI Inf.			
MINESTRONE SENZA PATATE				
Pasta	40			
Verdure				
Salsa	10			
Formaggio Parmigiano	4			
Frittata di uovo	60			
Pomodori all'olio	30			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire per ogni pietanza 4	12			
Frutta Fresca di stagione	100			
Pane	40			

MERCOLEDÌ

MENU	GRAMMI Inf.			
PASTA AL FORNO				
Pasta	50			
Salsa	10			
Carne macinata	10			
Formaggio Parmigiano	4			
Mozzarella	10			
Besciamella	10			
PROSCIUTTO COTTO				
Prosciutto cotto	30			
VERDURA COTTA spinaci lessi	100			
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	100			
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	13			

GIOVEDÌ

MENU	GRAMMI Inf.			
RISO IN BIANCO				
Riso	50			
Olio				
Formaggio parmigiano	4			
Purè patate- Patate	50			
Latte	15			
Nasello al pomodoro- Nasello	70			
Salsa	10			
Olio				
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	100			
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	12			

VENERDÌ

MENU	GRAMMI Inf.			
PASTA AL POMODORO				
Pasta	50			
Olio				
Salsa	10			
Odori (sedano, carota, cipolla)	q.b.			
Formaggio Parmigiano	4			
Arista maiale	50			
Odori (aglio, salvia, rosmarino)	q.b.			
Olio				
Fagiolini lessi	80			
Olio				
Yogurt				
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	12			

2° SETTIMANA

LUNEDÌ

MENU	GRAMMI Inf.			
Pasta in bianco	50			
Formaggio Parmigiano	4			
Roast Beef	50			
Odori (aglio, rosmarino, salvia)	q.b.			
Olio	10			
Pisellini in bianco	40			
Olio				
Frutta di stagione				
Pane	150			
	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire				

	12			
--	----	--	--	--

MARTEDI'

MENU	GRAMMI Inf.			
PASSATO DI LEGUMI				
Pasta	40			
Olio				
Legumi secchi	40			
Patate	40			
Frittata di uovo	60			
Insalata	80			
Olio				
MACEDONIA SOLO CON FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	100			
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	12			

MERCOLEDI'

MENU	GRAMMI Inf.			
CROSTINI AL RAGU'				
Pane	50			
Carne macinata	5			
Olio				
Odori (sedano, carota, cipolla)	q.b.			
Salsa di pomodoro	10			
Mozzarella	30			
Patate arrosto	50			
Odori (aglio, rosmarino, salvia)	q.b.			
Frutta di stagione	100			
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	13			

GIOVEDI'

MENU	GRAMMI Inf.			
PASTA CON ZUCCHINE				
Pasta	50			
Olio				
ZUCCHINE	40			
Odori (sedano, carota, cipolla)	q.b.			
Formaggio PARMIGIANO	4			
Pollo arrosto				
Carne				
Olio				

Bieta lessa	80			
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	100			
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	12			

VENERDÌ

MENU	GRAMMI Inf.			
PASTA AL POMODORO-PASTA	50			
Salsa	10			
Formaggio Parmigiano	4			
Odori (sedano, carota, cipolla)	q.b.			
PESCE AL FORNO				
Sogliola	80			
Olio				
Carote all'olio	70			
Olio				
Budino				
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	12			

3° SETTIMANA

LUNEDÌ

MENU	GRAMMI Inf.			
PASTA AL POMODORO				
Pasta	50			
Salsa	10			
Odori (sedano, carota, cipolla)	q.b.			
Formaggio Parmigiano	4			
PETTO DI POLLO ALLA MUGNAIA				
Carne	80			
Farina	q.b.			
Olio				
Fagioli all'olio	70			
Olio				
Frutta di stagione	100			
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	12			

MARTEDÌ

MENU	GRAMMI Inf.			
MINESTRA IN BRODO DI VERDURE				
Pasta	40			
Odori (sedano, carota, cipolla)	q.b.			
Olio				
Salsa	5			
Patate	40			
Verdura	40			
Formaggio Parmigiano	4			

Polpette al forno				
Carne	50			
Patata lessa	10			
Pangrattato	q.b.			
Olio				
Fagiolini all'olio	70			
Olio				
Frutta di stagione	100			
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	12			

MERCOLEDÌ

MENU	GRAMMI Inf.			
RISO AL RAGU'				
RISO	50			
Carne macinata	10			
Olio				
Salsa	5			
Odori (sedano, carota, cipolla)	q.b.			
Formaggio Parmigiano	4			
Stracchino	30			
Purè patate-patate	50			
Latte	15			
Frutta di stagione	100			
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	12			

GIOVEDÌ

MENU	GRAMMI Inf.			
PASSATO DI VERDURE				
Pasta	30			
Olio				
Odori (sedano, carota, cipolla)	q.b.			
VERDURE DI STAGIONE	40			
Formaggio Parmigiano	4			
Salsa	10			
Frittata in umido				
uovo,	40			
latte	10			
Salsa	10			
Parmigiano	4			
Olio				
Carote crude	80			
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	100			
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	11			

VENERDÌ

MENU	GRAMMI Inf.			
PASTA IN BIANCO PASTA	50			
Formaggio Parmigiano	4			
Olio				
PESCE AL FORNO				
Sogliola	70			
Olio				
Insalata	70			
Olio				
Crostata	50			
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	11			

4° SETTIMANA

LUNEDÌ

MENU	GRAMMI Inf.			
PASTA FANTASIA-PASTA	50			
POMODORI	10			
MOZZARELLA	20			
BASILICO Q.B.				
PROSCIUTTO COTTO	20			
Olio				
Spinaci lessi	100			
Olio				
Frutta di stagione	100			
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	8			

MARTEDÌ

MENU	GRAMMI Inf.			
MINESTRA DI RISO E PATATE				
RISO	30			
Olio				
Patate	40			
Formaggio Parmigiano	4			
PETTO DI POLLO ARROSTO				
Carne	50			
Odori (aglio, rosmarino, salvia)	q.b.			
Olio				
INSALATA	100			
Olio				
Frutta di stagione	100			
Pane	40			

Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	12			
---	----	--	--	--

MERCOLEDI'

MENU	GRAMMI Inf.			
RISOTTO ALLO ZAFFERANO RISO	50			
Olio				
Zafferano q.b.				
Formaggio Parmigiano	4			
FRITTATA CON ZUCCHINE UOVO	50			
ZUCCHINE	40			
Macedonia solo con frutta fresca di stagione	100			
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	12			

GIOVEDI'

MENU	GRAMMI Inf.			
PASTA CON PISELLI E PROSCIUTTO COTTO Pasta	50			
Olio				
Piselli freschi	30			
Odori (sedano, carota, cipolla)	q.b.			
Prosciutto cotto	10			
FETTINA ALLA PIZZAIOLA CARNE	50 10			
SALSA Olio				
Patate lesse	60			
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	100			
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	12			

VENERDI'

MENU	GRAMMI Inf.			
PASTA IN BIANCO-PASTA Formaggio Parmigiano	50 4			
Olio				

PESCE IN UMIDO				
NASELLO	70			
SALSA	10			
Olio				
INSALATA	100			
Olio				
BUDINO				
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	12			

1° SETTIMANA MENÙ Autunno/Inverno

LUNEDÌ

MENU	GRAMMI Inf.			
PASTA AL PESTO				
Pasta di semola	50			
PESTO				
Basilico	7			
Zucchine	15			
Olio	5			
Formaggio Parmigiano	5			
PETTO DI POLLO ARROSTO				
Carne	50			
Odori (salvia, rosmarino, aglio)	q.b.			
Olio				
Insalata				
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	12			
Frutta fresca di stagione	100			

MARTEDÌ

MENU	GRAMMI Inf.			
MINESTRONE SENZA PATATE				
Pasta	40			
Verdure				
Salsa	10			
Formaggio Parmigiano	4			
Frittata di uovo	60			
Purè patate-				
Patate	100			
Latte	15			
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	12			
Frutta fresca di stagione	100			

MERCOLEDÌ

MENU	GRAMMI Inf.			
PASTA AL FORNO				
Pasta	50			
Salsa	10			
Carne macinata	10			
Formaggio Parmigiano	4			
Mozzarella	10			
Besciamella	10			
PROSCIUTTO COTTO				
Prosciutto cotto	30			
Cavolfiore	100			
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	12			
Frutta fresca di stagione	100			

GIOVEDÌ

MENU	GRAMMI Inf.			
RISO IN BIANCO				
Riso	50			
Olio				
Formaggio parmigiano	4			
Purè patate- Patate	50			
Latte	15			
BASTONCINI DI PESCE	90			
	(CIRCA N.3)			
Fagiolini lessi	80			
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	12			
Frutta fresca di stagione	100			

VENERDÌ

MENU	GRAMMI Inf.			
PASTA AL POMODORO				
Pasta	50			
Olio				
Salsa	10			
Odori (sedano, carota, cipolla)	q.b.			
Formaggio Parmigiano	4			
Arista maiale	50			
Odori (rosmarino, salvia, aglio)	q.b.			
Olio				
Finocchi all'olio	80			
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	12			
Dolce	50			

2° SETTIMANA

LUNEDI'

MENU	GRAMMI Inf.			
Pasta in bianco	50			
Formaggio Parmigiano	4			
Roast Beef	50			
Odori (aglio, rosmarino, salvia)	q.b.			
Salsa	10			
Olio				
Pisellini in bianco	40			
Olio				
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	12			
Frutta fresca di stagione	100			

MARTEDI'

MENU	GRAMMI Inf.			
PASSATO DI LEGUMI				
Pasta	40			
Olio				
Legumi secchi	40			
Patate	40			
PROSCIUTTO COTTO	30			
Insalata	100			
Olio				
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	12			
Frutta fresca di stagione	100			

MERCOLEDI'

MENU	GRAMMI Inf.			
CROSTINI AL RAGU'				
Pane	50			
Carne macinata	5			
Salsa di pomodoro	10			
Odori (sedano, carota e cipolla)	q.b.			
Olio				
Mozzarella	30			
Patate arrosto	50			
Odori (aglio, rosmarino, salvia)	q.b.			
Pane	40			

Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	12			
Frutta fresca di stagione	100			

GIOVEDI'

MENU	GRAMMI Inf.			
MINESTRA IN BRODO				
Pasta	50			
Carne	30			
Odori (sedano, carota, cipolla)	q.b.			
Olio				
Formaggio Parmigiano	4			
Sogliola	70			
Olio				
Bieta lessa	100			
Olio				
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	12			
Frutta fresca di stagione	100			

VENERDI'

MENU	GRAMMI Inf.			
TORTELLI AL POMODORO				
Tortelli	90			
Pomodori pelati	20			
Carote, cipolla, sedano	15			
Olio	5			
Formaggio Parmigiano	5			
Frittata di uovo	60			
Zucchine	100			
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	12			
Budino				

3° SETTIMANA

LUNEDÌ

MENU	GRAMMI Inf.			
PASTA AL POMODORO				
Pasta	50			
Salsa	10			
Odori (sedano, carota, cipolla)	q.b.			
Formaggio Parmigiano	4			
PETTO DI POLLO				
Carne	80			
Odori (aglio, rosmarino, salvia)	q.b.			
Olio				
Fagioli all'olio	70			
Olio				
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	12			
Frutta fresca di stagione	100			

MARTEDÌ

MENU	GRAMMI Inf.			
MINESTRA IN BRODO DI VERDURE				
Pasta	40			
Olio				
Salsa	5			
Patate	40			
Verdura	40			
Formaggio Parmigiano	4			
FRITTATA di UOVO	50			
Zucchine	40			
Pane				
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire				
Frutta fresca di stagione	100			

MERCOLEDÌ

MENU	GRAMMI Inf.			
RISO AL RAGU'				
RISO	50			
Carne macinata	10			
Olio				
Salsa	5			
Formaggio Parmigiano	4			
RICOTTA	40			
Purè patate-patate	50			
Latte	15			
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	12			

Frutta fresca di stagione	100			
---------------------------	-----	--	--	--

GIOVEDÌ

MENU	GRAMMI Inf.			
VELLUTATA DI VERDURE DI STAGIONE CON CROSTINI DI PANE				
Verdura di stagione	150			
Odori (sedano, carota, cipolla)	q.b.			
Patate	50			
Formaggio Parmigiano	5			
Olio	5			
Crostini di pane	25			
POLPETTE				
Carne	50			
Patata lessa	10			
Pangrattato	q.b.			
Olio	80			
Carote crude				
	40			
Pane	12			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	100			
Frutta fresca di stagione				

VENERDÌ

MENU	GRAMMI Inf.			
PASTA IN BIANCO PASTA	50			
Formaggio Parmigiano	4			
PESCE AL FORNO				
Sogliola	70			
Olio				
Insalata	70			
Olio				
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	12			
Dolce	50			

4° SETTIMANA

LUNEDI'

MENU	GRAMMI Inf.			
PASTA AL POMODORO				
Pasta	50			
Salsa	10			
Formaggio Parmigiano	4			
CACIOTTA	40			
Spinaci lessi	100			
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	12			
Frutta fresca di stagione	100			

MARTEDI'

MENU	GRAMMI Inf.			
TORTELLINI IN BRODO				
Tortellini	90			
BRODO VEGETALE				
Carote	100			
Patate	100			
Odori(cipolla, sedano, carota)	Q.B.			
Olio	5			
Acqua	250			
PETTO DI POLLO ARROSTO				
Carne	50			
Odori (aglio, rosmarino, salvia)	q.b.			
Olio				
SFORMATO DI VERDURE				
Verdure	100			
Formaggio Parmigiano	10			
Patata lessa	10			
Pangrattato	q.b.			
Uovo	10			
Cipolla	2			
Olio	5			
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	12			

Frutta fresca di stagione	100			
---------------------------	-----	--	--	--

MERCOLEDI'

MENU	GRAMMI Inf.			
RISOTTO ALLO ZAFFERANO				
RISO	50			
Olio				
Zafferano q.b.				
Formaggio Parmigiano	4			
FRITTATA CON PATATE				
Uovo	40			
Patate	30			
Olio	5			
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	12			
Frutta fresca di stagione	100			

GIOVEDI'

MENU	GRAMMI Inf.			
PASSATO DI LEGUMI				
Pasta	50			
Olio				
Legumi freschi	30			
POLPETTE				
Carne	50			
Olio				
PATATE AL FORNO	50			
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	12			
Frutta fresca di stagione	100			

VENERDI'

MENU	GRAMMI Inf.			
PASTA IN BIANCO-PASTA	50			
Formaggio Parmigiano	4			
PESCE IN UMIDO				
NASELLO	70			
SALSA	10			

Olio				
INSALATA	100			
Olio				
Pane	40			
Olio extravergine di oliva per cucinare e condire	12			
Budino				

COMUNE DI PITIGLIANO

SCUOLA PRIMARIA MENU' AUTUNNO/INVERNO

(integrato con prescrizioni A.USL del 26.10.2015 prot 7155)

1° SETTIMANA	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA E DOLCE
LUNEDÌ	Pasta al pesto	Petto di pollo alla mugnaia	Insalata	Pane-Frutta di stagione
MARTEDÌ	Minestra di verdure	Bastoncini di pesce	Purea di patate	Pane-Frutta di stagione
MERCOLEDÌ	Pasta al forno	Prosciutto cotto	Cavolfiore	Pane-Frutta di stagione
GIOVEDÌ	Riso in bianco	Frittata	Fagiolini lessi	Crostata (grammi 70)
VENERDÌ	Pasta al pomodoro	Roast-beef	Finocchi all'olio	Pane-Frutta di stagione

2° SETTIMANA	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA E DOLCE
LUNEDÌ	Pasta all'olio	Frittata con zucchine	Pisellini	Pane-Frutta di stagione
MARTEDÌ	Passato di legumi	Arista	Patate lesse	Pane-Frutta di stagione
MERCOLEDÌ	Crostini al ragù	Mozzarella	Spinaci	Pane-Frutta di stagione
GIOVEDÌ	Minestra in brodo di carne	Petto di pollo	Zucchine	Budino
VENERDÌ	Pasta al pomodoro	Platessa	Bieta lessa	Pane-Frutta di stagione

3° SETTIMANA	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA E DOLCE
LUNEDÌ	Pasta al pomodoro	Petto di pollo	Patate al forno	Pane-Frutta di stagione
MARTEDÌ	Riso al ragù	Uovo	Insalata	Pane-Frutta di stagione
MERCOLEDÌ	Tortelli ricotta e spinaci	Tonno	Finocchi in insalata	Pane-Frutta di stagione
GIOVEDÌ	Vellutata di verdure con crostini di pane	Polpette	Zucchine	Crostata (grammi 110)
VENERDÌ	Pasta in bianco	Platessa al forno con pangrattato	Spinaci all'olio	Pane-Frutta di stagione

4° SETTIMANA	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA E DOLCE
LUNEDÌ	Pasta al pomodoro	Frittata di patate	Finocchi	Pane-Frutta di stagione
MARTEDÌ	Tortellini in brodo	Caciotta	Carote	Pane-Frutta di stagione
MERCOLEDÌ	Risotto allo zafferano	Petto di pollo	Spinaci	Pane-Frutta di stagione
GIOVEDÌ	Passato di legumi	Polpette	Patate al forno	Pane-Frutta di stagione -
VENERDÌ	Pasta in bianco	Nasello al pomodoro	Fagiolini al pomodoro	Budino

COMUNE DI PITIGLIANO SCUOLA PRIMARIA**MENU' AUTUNNO INVERNO – GRAMMATURE***1° SETTIMANA***LUNEDI****(Pasta al pesto - petto di pollo alla mugnaia - Insalata - frutta)**

ALIMENTI		ELEMENTARE
PASTA		70
PESTO		10
PETTO POLLO		60
FARINA		10
LATTE		10
OLIO EX.V.O.		5
LIMONE		3
INSALATA		60
OLIO E.V.O.		7

MARTEDI**(Minestra di verdure - bastoncini di pesce - purea di patate)**

ALIMENTI		ELEMENTARE
PASTA		30
VERDURE MISTE		100
PATATE		15
PELATI		15
OLIO E.V.O.		5
BASTONCINI DI NASELLO		100
PATATE		100
LATTE		30
BURRO		10
OLIO EX.V.O		10
PARMIGIANO		8

MERCOLEDI'**(Pasta al forno - prosciutto cotto - cavolfiore)**

ALIMENTI		ELEMENTARE
PASTA ALL'UOVO		50
POMODORI PELATI		70

VITELLONE MAGRO		20
ODORI		Q.B.
CONSERVA		5
LATTE		20
FARINA 00		8
BURRO		3
OLIO EX.V.O.		5
PARMIGIANO		5
PROSCIUTTO COTTO		40
CAVOLFIORE		120
OLIO E.V.O.		7
AGLIO		1

GIOVEDI'

(Riso all'olio - frittata - fagiolini lessi)

ALIMENTI		ELEMENTARE
RISO		70
OLIO E.V.O.		5
PARMIGIANO		5
UOVA		1
OLIO E.V.O.		5
FAGIOLINI		120
OLIO E.V.O.		7
AGLIO		1

VENERDI'

(Pasta al pomodoro - roast beef - finocchi all'olio)

ALIMENTI		ELEMENTARE
PASTA		70
POMODORI PELATI		70

BASILICO		
OLIO E.V.O.		5
PARMIGIANO		5
VITELLONE ARROSTO		60
AGLIO		1
SALVIA-RAMELINO		Q.B.
FINOCCHI		120
OLIO E.V.O.		7

II° SETTIMANA

(Pasta all'olio - frittata con zucchine - pisellini al tegame)

LUNEDI'		
ALIMENTI		ELEMENTARE
PASTA		70
OLIO E.V.O.		5
PARMIGIANO		5
UOVA		NR 1
ZUCCHINE		20
OLIO E.V.O.		5
PISELLINI		80
CIPOLLA		3
AGLIO		1
OLIO E.V.O.		7

MARTEDI'		(Passato di legumi- Arista - Patate bollite)
ALIMENTI		ELEMENTARE
PASTA		30
LEGUMI SECCHI (fagioli/ceci/lenticchie)		30
ODORI (sedano - carote - cipolla)		q.b.
PATATE		20

OLIO EX. V.O..		5
SUINO MAGRO		60
ODORI (ramelino-salvia-aglio)		
OLIO E.V.O.		5
PATATE		100
OLIO E.V.O.		7

MERCOLEDI' (Crostini al ragù di carne - mozzarella - spinaci)

ALIMENTI		ELEMENTARE
PANE BRUSCATO		60
VITELLONE MAGRO		20
ODORI (cipolla - carota -sedano)		q.b.
POMODORI PELATI		45
CONSERVA		5
OLIO E.V.O.		5
PARMIGIANO		5
MOZZARELLA		50
SPINACI		120
OLIO E.V.O.		7
AGLIO		1

GIOVEDI (Minestra di brodo di carne - Petto di pollo - zucchine)

ALIMENTI		ELEMENTARE
PASTA		30
BRODO DI CARNE		15
ODORI (cipolla -sedano -carota)		q.b.
OLIO E.V.O.		5
PARMIGIANO		5

PETTO DI POLLO		60
OLIO E.V.O.		5
ZUCCHINE		120
OLIO E.V.O.		7
AGLIO		1

VENERDI'

(Pasta al pomodoro - Filetti di platessa - Bieta bollita)

ALIMENTI		ELEMENTARE
PASTA		70
POMODORI PELATI		70
ODORI (cipolla -sedano -carota)		q.b.
OLIO E.V.O.		5
PARMIGIANO		5
FILETTI DI PLATESSA		100
BIETA		120
OLIO E.V.O.		7
AGLIO		1

III° SETTIMANA

LUNEDI

(Pasta al pomodoro - petto di pollo - patate al forno)

ALIMENTI		ELEMENTARE
PASTA		70
POMODORI PELATI		70
ODORI (sedano - cipolla - carota)		q.b.
OLIO E.V.O.		5
PARMIGIANO		5
PETTO DI POLLO		60

ODORI (aglio - ramelino)		q.b.
LIMONE		Q.B.
OLIO E.V.O.		5
PATATE		100
OLIO E.V.O.		7

MARTEDI '

(Riso al ragù - stracchino - insalata)

ALIMENTI		ELEMENTARE
RISO		70
VITELLONE MAGRO		20
ODORI (cipolla - carota -sedano)		q.b.
POMODORI PELATI		45
CONSERVA		5
OLIO E.V.O.		5
PARMIGIANO		5
		5
UOVO		NR. 1
INSALATA		60
OLIO E.V.O.		7

MERCOLEDI'

(Tortelli ricotta e spinaci - Tonno - Finocchi in insalata)

ALIMENTI		ELEMENTARE
TORTELLI RICOTTA E SPINACI		80
POMODORI PELATI		70
OLIO E.V.O.		5
PARMIGIANO		5
TONNO IN OLIO		50
FINOCCHI		120

OLIO EX.V.O		7
-------------	--	---

GIOVEDI

(Vellutata di verdure con crostini - polpettine - zucchine)

ALIMENTI		ELEMENTARE
VERDURE MISTE		100
PANE BRUSCATO		30
PATATE		15
ODORI (cipollotto -porro - carota-sedano)		q.b.
PEPE		Q.B.
VITELLONE MAGRO		60
PARMIGIANO		5
PANGRATTATO		5
PATATA		10
LATTE		10
UOVO		3
ODORI (sedano - carota - cipolla)		5
OLIO EX.V.O.		5
ZUCCHINE		120
AGLIO		1
OLIO E.X V.O.		7

VENERDI'

(Pasta all'olio - platessa al forno - spinaci all'olio)

PASTA		70
OLIO E.V.O.		5
PARMIGIANO		5
FILETTI DI PLATESSA		100
FARINA		5
PANGRATTATO		5

ODORI (RAMELINO - SALVIO - AGLIO)		Q.B.
LIMONE		Q.B.
OLIO EX.V.O		5
SPINACI		100
OLIO E.V.O.		7

IV° SETTIMANA

LUNEDI

(Pasta al pomodoro - frittata con patate - finocchi)

ALIMENTI		ELEMENTARE
PASTA		70
POMODORI PELATI		70
BASILICO		Q.B.
OLIO E.V.O.		5
PARMIGIANO		5
UOVO		NR. 1
PATATE		15
OLIO E.V.O.		5
FINOCCHI		120
OLIO EX.V.O.		7

MARTEDI '

(Tortellini in brodo - petto di pollo alla mugnaia - pisellini)

ALIMENTI		ELEMENTARE
TORTELLINI DI CARNE		60
BRODO DI MANZO		15
ODORI (carota - sedano - cipolla)		50
CACIOTTA		50
CAROTE		120

OLIO E.V.O.		7
-------------	--	---

(Risotto allo zafferano - Petto di pollo - spinaci)

MERCOLEDI'

		ELEMENTARE
ALIMENTI		
RISO		70
ZAFFERANO		Q.B.
ODORI (cipolla, carota, sedano, carota)		q.b.
OLIO E.V.O.		5
PARMIGIANO		5
PETTO DI POLLO		60
OLIO E.V.O.		7
SPINACI		120
OLIO E.V.O.		5
AGLIO		1

GIOVEDI

(Passato di legumi - polpette - patate al forno)

		ELEMENTARE
ALIMENTI		
PASTA		30
LEGUMI SECCHI (fagioli/ceci/lenticchie)		30
ODORI (sedano - carote - cipolla)		q.b.
OLIO EX. V.O..		5
VITELLONE MAGRO		50
PARMIGIANO		5
PANGRATTATO		5
LATTE		10
UOVO		3
ODORI (sedano - carota - cipolla)		5
OLIO EX.V.O.		5

PATATE		100
OLIO EX.V.O.		7

VENERDI'

(Pasta in bianco -Nasello al pomodoro - Fagiolini al pomodoro)

ALIMENTI		ELEMENTARE
PASTA		70
OLIO EX.V.O.		5
PARMIGIANO		5
NASELLO		100
POMODORI		50
OLIO E.V.O.		5
FAGIOLINI		120
POMODORI PELATI		30
OLIO EX.V.O.		7

PANE		50
DOLCE		150
FRUTTA		150

LA FRUTTA SARA' ALTERNATA SECONDO LA STAGIONALITA' E SARA'

COMUNQUE GARANTITO L'ALTERNARSI DI ALMENO TRE DIVERSI

FRUTTI OGNI SETTIMANA.

IL SALE E' DI TIPO IODATO ED E' UTILIZZATO RISPETTANDO LE DOSI CONSIGLIATE DAI LARN

LE GRAMMATURE SI RIFERISCONO AGLI ALIMENTI A CRUDO E PRIVATI DEGLI SCARTI

SCUOLA PRIMARIA MENU' PRIMAVERA/ESTATE

1° SETTIMANA	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA E DOLCE
LUNEDÌ	Pasta olio e parmigiano	Spezzatino in bianco	Fagiolini lessi	Pane – Frutta di stagione
MARTEDÌ	Passato di legumi	Mozzarella	Insalata	Pane-Frutta di stagione

MERCOLEDÌ	Insalata di riso	Frittata	Pomodori all'olio	Pane-Frutta di stagione
GIOVEDÌ	Pasta al pomodoro	Fil. Nasello al forno	Purè di patate	Pane – Frutta di stagione
VENERDÌ	Pasta olio e parmigiano	Prosciutto crudo	Spinaci lessi	Pane-Frutta di stagione

2° SETTIMANA	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA E DOLCE
LUNEDÌ	Riso in bianco	Fettine alla pizzaiola	Carote lesse	Pane-Frutta di stagione
MARTEDÌ	Pasta al pomodoro	Petti di pollo arrosto	Zucchine all'olio	Pane-Frutta di stagione
MERCOLEDÌ	Passato di legumi	Frittata	Patate arrosto	Pane – Gelato
GIOVEDÌ	Pasta al pomodoro	Caciotta	Insalata	Pane-Frutta di stagione
VENERDÌ	Farfalle alle zucchine	Nasello al pomodoro	Pisellini in umido	Pane-Frutta di stagione

3° SETTIMANA	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA E DOLCE
LUNEDÌ	Pasta al pomodoro e basilico	Prosciutto cotto	Purea di patate	Pane-Frutta di stagione
MARTEDÌ	Risotto allo zafferano	Merluzzo al forno	Insalata	Pane-Frutta di stagione
MERCOLEDÌ	Pasta piselli e prosciutto cotto	Uovo sodo	Pomodori	Pane-Frutta di stagione
GIOVEDÌ	Pasta olio e parmigiano	Spezzatino in umido	Zucchine in bianco	Pane-Frutta di stagione
VENERDÌ	Passato di verdure miste	Petto di pollo alla mugnaia	Spinaci	Pane-Frutta di stagione

4° SETTIMANA	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA E DOLCE
LUNEDÌ	Passato di legumi	Stracchino	Carote all'olio	Pane- Yogurt
MARTEDÌ	Pasta al tonno	Frittata	Pomodori all'olio	Pane-Frutta di stagione
MERCOLEDÌ	Pasta in bianco	Filetto di nasello al forno	Pinzimonio di verdure	Pane-Frutta di stagione
GIOVEDÌ	Pasta al pomodoro	Arista di maiale	Finocchi all'olio	Pane-Frutta
VENERDÌ	Pasta fredda pomodoro e basilico	Pollo arrosto	Bieta al limone	Pane-Frutta di stagione

MENU' PRIMAVERA ESTATE - GRAMMATURE

1° SETTIMANA

LUNEDI'

(Pasta olio e parmigiano – spezzatino in bianco – fagiolini lessi – frutta)

ALIMENTI	ELEMENTARE (gr)
PASTA DI SEMOLA	70
OLIO E.V.O.	5
PARMIGIANO	5
VITELLONE MAGRO	70
OLIO E.V.O.	5
FAGIOLINI	120
OLIO E.V.O	5

MARTEDI'

(Passato di legumi – mozzarella – insalata – frutta)

ALIMENTI	ELEMENTARE
PASTA DI SEMOLA	30
FAGIOLI	15
CECI	15
POMODORI PELATI	30
OLIO E.V.O.	5
MOZZARELLA	50
INSALATA	60
OLIO E.V.O	5

MERCOLEDI'

(Insalata di riso – frittata – pomodori all'olio)

ALIMENTI	ELEMENTARE
RISO	70
POMODORI FRESCHI	40
OLIVE VERDI DENOCCIOLATE	15
PROSCIUTTO COTTO	15
GROVIERA	15
UOVO	n.1
POMODORI FRESCHI	150
OLIO E.V.O	5

GIOVEDI'

(Pasta al pomodoro – filetti di nasello al forno – purè di patate)

ALIMENTI	ELEMENTARE
PASTA DI SEMOLA	70
POMODORI PELATI	70
OLIO E.V.O.	5
PARMIGIANO	5
NASELLO	100
PATATE	100
LATTE	30
OLIO E.V.O	5
PARMIGIANO	8

VENERDI'

(Pasta olio e parmigiano prosciutto cotto – spinaci lessi – frutta)

ALIMENTI	ELEMENTARE
PASTA DI SEMOLA	70
OLIO E.V.O.	5
PARMIGIANO	5
PROSCIUTTO COTTO	40
SPINACI	120
OLIO E.V.O	5

2° SETTIMANA

LUNEDI'

(Riso in bianco – fettine alla pizzaiola – carote lesse – frutta)

ALIMENTI	ELEMENTARE
RISO PARBOILED	70
OLIO E.V.O.	5
PARMIGIANO	10
VITELLONE	60
POMODORI PELATI	20
OLIO E.V.O	3
CAROTE	150
OLIO E.V.O	5

MARTEDI'

(Pasta al pomodoro – petti di pollo arrosto – zucchine all'olio – frutta)

ALIMENTI	ELEMENTARE
PASTA DI SEMOLA	70

POMODORI PELATI	70
OLIO E.V.O.	5
PARMIGIANO	5
PETTO DI POLLO	80
OLIO E.V.O.	5
ZUCCHINE	120
OLIO E.V.O	5

MERCOLEDI'

(Passato di legumi – frittata – patate arrosto – gelato)

ALIMENTI	ELEMENTARE
PASTA DI SEMOLA	30
FAGIOLI	15
CECI	15
POMODORI PELATI	30
OLIO E.V.O.	5
UOVO	n.1
PATATE	150
OLIO E.V.O	5

GIOVEDI'

(Pasta al pomodoro – caciotta – insalata – frutta)

ALIMENTI	ELEMENTARE
PASTA DI SEMOLA	70
POMODORI PELATI	70
OLIO E.V.O.	5
PARMIGIANO	5
CACIOTTA	60
INSALATA	60
OLIO E.V.O	5

VENERDI'

(Farfalle alle zucchini – nasello al pomodoro – pisellini in umido – frutta)

ALIMENTI	ELEMENTARE
PASTA DI SEMOLA (FARFALLE)	70
ZUCCHINE FRESCHE	40
OLIO E.V.O.	10
NASELLO	100
PELATI	5
OLIO E.V.O.	5
PISELLINI	80
OLIO E.V.O	5
PELATI	10

3° SETTIMANA

LUNEDI'

(Pasta al pomodoro e basilico – prosciutto cotto – purea di patate – frutta)

ALIMENTI	ELEMENTARE
PASTA DI SEMOLA	70
POMODORI PELATI	70
OLIO E.V.O.	5
PARMIGIANO	5
BASILICO	Q.B.
PROSCIUTTO COTTO	40
PATATE	100
LATTE	30
OLIO E.V.O.	5
PARMIGIANO	8

MARTEDI'

(Risotto allo zafferano – merluzzo al forno – insalata – frutta)

ALIMENTI	ELEMENTARE
RISO PARBOILED	70
ZAFFERANO	Q.B.
OLIO E.V.O.	5
PARMIGIANO	5
MERLUZZO	100
INSALATA	60
OLIO E.V.O.	5
PARMIGIANO	8

MERCOLEDI'

(Pasta piselli e prosciutto cotto – uovo sodo – pomodori – frutta)

ALIMENTI	ELEMENTARE
PASTA DI SEMOLA	70
PISELLI	20
PROSCIUTTO COTTO	15
OLIO E.V.O.	5
UOVO	n.1
POMODORI FRESCHI	150
OLIO E.V.O.	5

VENERDI'

(Passato di verdure miste – petto di pollo alla mugnaia – spinaci – frutta)

ALIMENTI	ELEMENTARE
PASTA DI SEMOLA	30
VERDURE MISTE	45
PATATE	15
OLIO E.V.O.	5
PARMIGIANO	5
PETTO DI POLLO	60
LATTE	10
FARINA	10
OLIO E.V.O	5
SPINACI	120
OLIO E.V.O	5

4° SETTIMANA

LUNEDI'

(Passato di legumi – stracchino – carote all'olio – yogurt)

ALIMENTI	ELEMENTARE
PASTA DI SEMOLA	30
FAGIOLI	15
CECI	15
POMODORI PELATI	30
OLIO E.V.O.	5
STRACCHINO	50
CAROTE	120
OLIO E.V.O	5

MARTEDI'

(Pasta al tonno – frittata – pomodori all'olio – frutta)

ALIMENTI	ELEMENTARE
PASTA DI SEMOLA	70
TONNO	15
POMODORI PELATI	50
OLIO E.V.O.	5
UOVO	n.1
POMODORI FRESCHI	150
OLIO E.V.O	5

MERCOLEDI'

(Pasta in bianco – filetti di nasello al forno – pinimonio di verdure – frutta)

ALIMENTI	ELEMENTARE
PASTA DI SEMOLA	70
OLIO E.V.O.	5
PARMIGIANO	5
FILETTI DI NASELLO	100
FINOCCHI, SEDANO, RAVANELLO, CAROTE	150
OLIO E.V.O	5

GIOVEDI'

(Pasta al pomodoro – arista di maiale – finocchi all'olio – frutta)

ALIMENTI	ELEMENTARE
PASTA DI SEMOLA	70
POMODORI PELATI	70
OLIO E.V.O.	5
PARMIGIANO	5
CONTROFILETTO DI SUINO	60
ODORI	Q.B.
OLIO E.V.O.	5
FINOCCHI	120
OLIO E.V.O	5

VENERDI'

(Pasta fredda pomodoro e basilico – pollo arrosto – bieta al limone – frutta)

ALIMENTI	ELEMENTARE
PASTA DI SEMOLA	70
POMODORI FRESCI	40
OLIO E.V.O.	5
BASILICO	Q.B.
POLLO	60
ODORI	Q.B.
OLIO E.V.O.	5
BIETOLA	150
OLIO E.V.O	5
LIMONE	Q.B.



UNITA' OPERATIVA
Igiene Alimentari e Nutrizione
Zona 4 Area Grossetana
Il Direttore
Dr. Maurizio Spagnesi

COMUNE DI PITIGLIANO (Gr)
SCUOLA PRIMARIA – MENU' PRIMAVERA/ESTATE

(Rev. 1 Marzo 2017)

1° SETTIMANA	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA E DOLCE
LUNEDI'	Pasta olio e parmigiano	Spezzatino in bianco	Fagiolini lessi	Pane-Frutta di stagione
MARTEDI'	Passato di legumi	Mozzarella	Insalata	Pane-Frutta di stagione
MERCOLEDI'	Insalata di riso	Frittata	Pomodori all'olio	Pane-Frutta di stagione
GIOVEDI'	Pasta al pomodoro	Fil. nasello al forno	Purè di patate	Pane-Frutta di stagione
VENERDI'	Pasta al pesto	Prosciutto crudo	Spinaci lessi	Pane-Frutta di stagione

2° SETTIMANA	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA E DOLCE
LUNEDI'	Riso in bianco	Fettine alla pizzalola	Carote lesse	Pane-Frutta di stagione
MARTEDI'	Pasta al pomodoro	Petto di pollo arrosto	Zucchine all'olio	Pane-Frutta di stagione
MERCOLEDI'	Passato di legumi	Frittata	Patate arrosto	Pane-Gelato
GIOVEDI'	Pasta al pomodoro	Caciotta	Insalata	Pane-Frutta di stagione
VENERDI'	Farfalle alle zucchine	Platessa all'olio	Pisellini in umido	Pane-Frutta di stagione

3° SETTIMANA	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA E DOLCE
LUNEDI'	Pasta al pomodoro e basilico	Prosciutto cotto	Purea di patate	Pane-Frutta di stagione
MARTEDI'	Risotto al ragù	Merluzzo al forno	Insalata	Pane-Frutta di stagione
MERCOLEDI'	Pasta piselli e prosciutto cotto	Uovo sodo	Pomodori	Pane-Frutta di stagione
GIOVEDI'	Pasta olio e parmigiano	Spezzatino in umido	Zucchine in bianco	Pane-Frutta di stagione
VENERDI'	Passato di verdure miste	Petto di pollo alla mugnaia	Spinaci	Pane-Frutta di stagione

4° SETTIMANA	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA E DOLCE
LUNEDI'	Passato di legumi	Stracchino	Carote all'olio	Pane-Yogurt
MARTEDI'	Pasta al tonno	Frittata	Pomodori all'olio	Pane-Frutta di stagione
MERCOLEDI'	Pasta in bianco	Fil. nasello al forno	Pinzimonio di verdure	Pane-Frutta di stagione
GIOVEDI'	Pasta al pomodoro	Arista di maiale	Finocchi all'olio	Pane-Frutta di stagione
VENERDI'	Pasta fredda pomodoro e basilico	Pollo arrosto	Bieta al limone	Pane-Frutta di stagione

NOTA BENE: le preparazioni in grassetto si riferiscono alle modifiche apportate al menù di gara

Dott.ssa Erminia Solomita – Dietista Camst Soc. a r.l.

RICETTARIO INTEGRATIVO
MENU' SCUOLA PRIMARIA COMUNE DI PITIGLIANO
 Rev. 1 Marzo 2017



UNITA' OPERATIVA
 Igiene Alimenti e Nutrizione
 Zona 4 Area Grossetana
 Il Direttore
Dr. Maurizio Spagnesi

MENU' PRIMAVERA/ESTATE

1° Settimana

VENERDI'

Pasta al pesto – prosciutto crudo – spinaci lessi

ALIMENTI	GRAMMATURE
PASTA DI SEMOLA	70
PESTO	10
PROSCIUTTO CRUDO	40
SPINACI	120
OLIO E.V.O	7

2° Settimana

VENERDI'

Farfalle alle zucchine – platessa all'olio – pisellini in umido

ALIMENTI	GRAMMATURE
PASTA DI SEMOLA (FARFALLE)	70
ZUCCHINE FRESCHE	40
ODORI (cipolla, sedano, carota)	q.b
OLIO E.V.O	5
PLATESSA	100
OLIO E.V.O	5
PISELLINI	80
OLIO E.V.O	5
POMODORI PELATI	10

NOTA BENE: le preparazioni in grassetto si riferiscono alle modifiche apportate al menù di gara.

RICETTARIO INTEGRATIVO
MENU' SCUOLA PRIMARIA COMUNE DI PITIGLIANO
Rev. 1 Marzo 2017



UNITA' OPERATIVA
Igiene Alimenti e Nutrizione
Zona A - Area Grossetana
Il Direttore
Dr. Maurizio Spagnesi

3° Settimana

MARTEDI'

Risotto al ragù – merluzzo al forno - insalata

ALIMENTI	GRAMMATURE
RISO	70
VITELLONE MAGRO	20
POMODORI PELATI	45
ODORI (cipolla, sedano, carota)	q.b
CONSERVA	5
OLIO E.V.O	5
PARMIGIANO	5
MERLUZZO	100
OLIO E.V.O	5
INSALATA	60
OLIO E.V.O	5

Dott.ssa Erminia Solomita - Dietista Camst Soc. a r.l.

NOTA BENE: le preparazioni in grassetto si riferiscono alle modifiche apportate al menù di gara.

COMUNE DI PITIGLIANO (Gr)
SCUOLA PRIMARIA – MENU' AUTUNNO/INVERNO

(Rev. 1 Marzo 2017)



*UNITA' OPERATIVA
Igiene Alimenti e Nutrizione
Zona 4 Area Grossetana
Il Direttore
Dr. Maurizio Spagnesi*

1° SETTIMANA	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA E DOLCE
LUNEDI'	Pasta al pesto	Petto di pollo alla mugnaia	Insalata	Pane – Frutta di stagione
MARTEDI'	Minestra di verdure	Bastoncini di pesce	Purea di patate	Pane – Frutta di stagione
MERCOLEDI'	Pasta al forno	Prosciutto cotto	Cavolfiore	Pane – Frutta di stagione
GIOVEDI'	Riso in bianco	Frittata	Fagiolini lessi	Crostata (grammi 70)
VENERDI'	Pasta al pomodoro	Roast-beef	Finocchi all'olio	Pane - Frutta di stagione

2° SETTIMANA	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA E DOLCE
LUNEDI'	Pasta all'olio	Frittata con zucchine	Piselli	Pane-Frutta di stagione
MARTEDI'	Passato di legumi	Arista	Patate lesse	Pane-Frutta di stagione
MERCOLEDI'	Crostini al ragù	Mozzarella	Spinaci	Pane-Frutta di stagione
GIOVEDI'	Minestra in brodo di carne	Spezzatino in bianco	Zucchine	Budino
VENERDI'	Pasta al pomodoro	Platessa	Bieta lessa	Pane-Frutta di stagione

3° SETTIMANA	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA E DOLCE
LUNEDI'	Pasta al pomodoro	Prosciutto crudo	Patate al forno	Pane-Frutta di stagione
MARTEDI'	Riso al ragù	Uovo	Insalata	Pane-Frutta di stagione
MERCOLEDI'	Tortelli ricotta e spinaci	Tonno	Finocchi in insalata	Pane-Frutta di stagione
GIOVEDI'	Vellutata di verdure con crostini di pane	Polpette	Zucchine	Crostata (grammi 110)
VENERDI'	Pasta in bianco	Platessa al forno con pangrattato	Spinaci all'agro	Pane-Frutta di stagione

4° SETTIMANA	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA E DOLCE
LUNEDI'	Pasta al pomodoro	Frittata di patate	Finocchi	Pane-Frutta di stagione
MARTEDI'	Tortellini in brodo	Caciotta	Carote	Pane-Frutta di stagione
MERCOLEDI'	Risotto allo zafferano	Petto di pollo	Spinaci	Pane-Frutta di stagione
GIOVEDI'	Passato di legumi	Polpette	Patate lesse	Pane-Frutta di stagione
VENERDI'	Pasta in bianco	Nasello al pomodoro	Fagiolini al pomodoro	Budino

NOTA BENE: le preparazioni in grassetto si riferiscono alle modifiche apportate al menù di gara

Dott.ssa Erminia Solomita – Dietista Camst Soc. a r.l.

RICETTARIO INTEGRATIVO
MENU' SCUOLA PRIMARIA COMUNE DI PITIGLIANO
 Rev. 1 Marzo 2017



UNITA' OPERATIVA
 Igiene Alimenti e Nutrizione
 Zona 4 Area Grossetana
 Il Direttore
 Dr. Maurizio Spagnesi

MENU' AUTUNNO/INVERNO

2° Settimana

GIOVEDI'

Minestra in brodo di carne – spezzatino in bianco – zucchine

ALIMENTI	GRAMMATURE
PASTA DI SEMOLA	30
BRODO DI CARNE	15
ODORI (cipolla, sedano, carota)	q.b
OLIO E.V.O	5
PARMIGIANO	5
VITELLONE MAGRO	70
OLIO E.V.O	5
AROMI	q.b
ZUCCHINE	120
OLIO E.V.O	7
AGLIO	1

3° Settimana

LUNEDI'

Pasta al pomodoro - prosciutto crudo – patate al forno

ALIMENTI	GRAMMATURE
PASTA DI SEMOLA	70
POMODORI PELATI	70
ODORI (cipolla, sedano, carota)	q.b
OLIO E.V.O	5
PARMIGIANO	5
PROSCIUTTO CRUDO	40
PATATE	100
OLIO E.V.O	7

NOTA BENE: le preparazioni in grassetto si riferiscono alle modifiche apportate al menù di gara.

RICETTARIO INTEGRATIVO
MENU' SCUOLA PRIMARIA COMUNE DI PITIGLIA
 Rev. 1 Marzo 2017



UNITA' OPERATIVA
 Igiene, Alimenti e Nutrizione
 Zona 4 Area Grossetana
 Il Direttore
Dr. Maurizio Spagnesi

4° Settimana

LUNEDI'

Passato di legumi – polpette – patate lesse

ALIMENTI	GRAMMATURE
PASTA DI SEMOLA	30
LEGUMI SECCHI (fagioli/ceci/lenticchie)	30
ODORI (cipolla, sedano, carota)	q.b
OLIO E.V.O	5
VITELLONE MAGRO	50
PARMIGIANO	5
PANGRATTATO	5
LATTE UHT	10
UOVO	3
ODORI (sedano, carote, cipolla)	5
OLIO E.V.O	5
PATATE	100
OLIO E.V.O	7

NOTA BENE: le preparazioni in grassetto si riferiscono alle modifiche apportate al menù di gara.