

De Rosa
De Rosa
De Rosa

REFEZIONE SCOLASTICA
 TABELLA DIETETICA PER GLI ALUNNI DELLA SCUOLA MEDIA – ESCLUSIONE LATTE E DERIVATI

PRIMA SETTIMANA DEL MESE

PRIMA SETTIMANA DEL MESE									
LUNEDI'		MARTEDI'		MERCOLEDI'		GIOVEDI'		VENERDI'	
Pasta e lenticchie		Pasta al pomodoro		Pasta in brodo		Pasta alla bolognese		Riso e Minestrone	
Petto di pollo al forno		Prosciutto crudo		Scaloppina di vitello al limone		Coscia di pollo al forno		Plattessa impanata al forno	
Patate al forno		Insalata verde		Spinaci all'olio		Insalata di pomodori		Carote al forno o Fagiolini	
Pane		Pane		Pane		Pane		Pane	
Frutta		Frutta		Frutta		Frutta		Frutta	
Alimento	gr	Alimento	gr	Alimento	gr	Alimento	gr	Alimento	gr
Pasta	70	Pasta	80/100	Pasta	70	Pasta	80	Riso	70
Lenticchie	40	Pelati	50-80	Brodo vegetale	q.b.	Carne macinata	20	Verdure miste	100
Pelati	20	Olio	5	Olio	5	Pelati	40/60	Pelati	20
Olio	5					Olio	5	Olio	5
									5
Petto di pollo	120	Prosciutto crudo	80	Carne di vitello	120	Coscia di pollo	100	Filetti di platessa	120
Olio	5			Olio/limone	5			Pangrattato e Uovo	q.b.
								Olio	5
Pane		Pane		Pane		Pane		Pane	
Patate	150	Insalata verde	150	Spinaci	150	Pomodori da insalata	150	Carote o Fagiolini	150
Olio	5	Olio	5	Olio	5	Olio	5	Olio	5
Frutta fresca di stagione	150	Frutta fresca di stagione	150	Frutta fresca di stagione	150	Frutta fresca di stagione	150	Frutta fresca di stagione	150

... di costituire il capoluogo stabilire se utilizzare prodotti freschi o surgelati

Gli alimenti sono da considerarsi pesati a crudo e al netto degli scarti – E' data facoltà alle Amministrazioni nel costituire il capitolato stabilire se utilizzare prodotti freschi o surgelati

in quest'ultimo caso dovrà essere riportato sul menù

L'olio dev'essere **extra-vergine d'oliva** – Merluzzo e pesce in genere devono essere privati di lisce e spine(La Ditta appaltatrice deve garantire l'assenza)

Il pane deve essere a formato panini confezionati (monodose minimo gr. 50)

La frutta di **stagione fresca** e con grammatura di g 130-150 per frutti con pezzatura tipo "pesche, mele arance, pere, ecc.." (**un frutto per scolaro**) e di 60-70 g per frutti con pezzatura tipo "albicocche, mandarini, prugne, ecc.." (**due frutti per scolaro**)

De Rosa

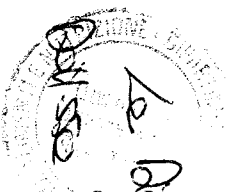


DIETISTE
TABELLA DIETETICA PER GLI ALUNNI DELLA SCUOLA MEDIA – ESCLUSIONE LATTE E DERIVATI
SECONDA SETTIMANA DEL MESE

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENEDÌ
Pasta e Piselli	Pasta al pomodoro	Riso e Patate	Pasta al ragù	Passato di verdura (con pasta)
Fesa di Tacchino al forno	Prosciutto crudo	Bastoncini di pesce al forno*	Spezzatino di vitello alla pizzaiola	Petto di pollo al forno
Zucchine lesse	Insalata verde	Insalata di pomodori	Verdura lessa a foglia verde	Insalata mista con pomodori
Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta

Alimento	gr	Alimento	gr	Alimento	gr	Alimento	gr	Alimento	gr
Pasta	70	Pasta	80	Riso	70	Pasta	80	Verdure miste	100
Piselli	40	Pelati	50-80	Patate	50	Carne in pezzi	30	Pasta	70
Pelati	20	Olio	5	Pelati	20	Pelati	40	Pelati	20
Olio	5			Olio	5	Olio	5	Olio	5
Fesa di tacchino	120	Prosciutto crudo	80	Bastoncini di pesce	100	Spezzatino di Vitello	120	Petto di pollo	100
Olio	5			Olio	5	Pelati	20		
Pane		Pane		Pane		Pane		Pane	
Zucchine	150			Pomodori da insalata	150	Spinaci o Bieta	150	Insalata e pomodori	150
Olio	5	Insalata verde	150	Olio	5	Olio	5	Olio	5
Frutta fresca di stagione	150	Frutta fresca di stagione	150	Frutta fresca di stagione	150	Frutta fresca di stagione	150	Frutta fresca di stagione	150

Gli alimenti sono da considerarsi pesati a crudo e al netto degli scarti - E' data facoltà alle Amministrazioni nel costituire il capitolato stabilire se utilizzare prodotti freschi o surgelati
in quest'ultimo caso dovrà essere riportato sul menù
L'olio dev'essere **extra-vergine d'oliva** — Merluzzo e pesce in genere devono essere privati di lische e spine (La Ditta appaltatrice deve garantirne l'assenza)
Il pane deve essere a formato panini confezionati (monodose minimo gr. 50)
La frutta di **stagione fresca** e con grammatura di g 130-150 per frutti con pezzatura tipo "pesche, mele arance, pere, ecc.." (**un frutto per scolaro**)
e di 60-70 g per frutti con pezzatura tipo "albicocche, mandarini, prugne, ecc.." (**due frutti per scolaro**)
*Verificare in etichetta l'assenza di lattosio



REFEZIONE SCOLASTICA
TABELLA DIETETICA PER GLI ALUNNI DELLA SCUOLA MEDIA - ESCLUSIONE LATTE E DERIVATI

TERZA SETTIMANA DEL MESE

TERZA SETTIMANA DEL MESE									
LUNEDI'		MARTEDI'		MERCOLEDI'		GIOVEDI'		VENERDI'	
Pasta e fagioli		Pasta al pomodoro		Risotto alla parmigiana		Pasta al ragù di polpette		Pasta e zucchine	
Platessa impanata al forno		Coscia di pollo al forno		Prosciutto crudo		Polpette di vitello al pomodoro		Filetti di merluzzo alla marinara	
Patate e carote al forno		Verdura lessa a foglia verde		Insalata verde		Zucchine o Fagiolini		Patate al forno	
Pane		Pane		Pane		Pane		Pane	
Frutta		Frutta		Frutta		Frutta		Frutta	
Alimento	gr	Alimento	gr	Alimento	gr	Alimento	gr	Alimento	gr
Pasta	70	Pasta	80	Riso	70	Pasta	80	Pasta	70
Fagioli	40	Pelati	50 – 80	Brodo vegetale	q. b.	Pelati	50/80	Zucchine	100
Pelati	20	Olio	5	Olio	3+3	Olio	5	Olio	5
Olio	5								
Filetti di platessa	120	Coscia di pollo	120	Prosciutto crudo	80	Polpette di vitello	120	Filetti di merluzzo	120
Pangrattato e nuovo	q. b.	Olio	5		Pelati	20	Pelati	20	
Olio	5				Olio	5	Olio	5	
Pane		Pane		Pane		Pane		Pane	
Patate e Carote	150	Spinaci o Bieta	150	Insalata verde	150	Zucchine o Fagiolini	150	Patate	150
Olio	5	Olio	5	Olio	5	Olio	5	Olio	5
Frutta fresca di stagione	150	Frutta fresca di stagione	150	Frutta fresca di stagione	150	Frutta fresca di stagione	150	Frutta fresca di stagione	150

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Frutta fresca di stagione

Gli alimenti sono da considerarsi pesati a crudo e al netto degli scarti - E' data facoltà alle Amministrazioni nel costituire il capitolato stabilire se utilizzare prodotti freschi o surgelati in quest'ultimo caso dovrà essere riportato sul menù

L'olio dev'essere extra-vergine d'oliva - Merluzzo e pesce in genere devono essere privati di lisce e spine(La Ditta appaltatrice deve garantire l'assenza)

Il pane deve essere a formato panini confezionati (monodose minimo gr. 50)

La frutta di **stagione fresca** e con grammatura di g. 130-150 per frutti con pezzatura tipo "pesche, mele arance, pere, ecc.." (**un frutto per scolaro**) e di 60-70 g per frutti con pezzatura tipo "albicocche, mandarini, prugne, ecc.." (**due frutti per scolaro**)

La Dietista
Dot.ssa Daniela Della Rosa

REFEZIONE SCOLASTICA
 TABELLA DIETETICA PER GLI ALUNNI DELLA SCUOLA MEDIA - ESCLUSIONE LATTE E DERIVATI
 QUARTA SETTIMANA DEL MESE

QUARANTA SETTIMANA DEL MENSE											
LUNEDI'		MARTEDI'		MERCOLEDI'		GIOVEDI'		VENERDI'			
Pasta in passato di legumi		Pasta al pomodoro		Riso e Piselli		Pasta all'amatriciana		Pasta e Minestrone			
Cotoletta di pollo al forno		Omelette al forno		Bastoncini di pesce al forno*		Prosciutto crudo		Brasato di Vitello			
Insalata di pomodori		Patate al forno		Insalate verde		Fagiolini e Carote		Insalata mista e pomodori			
Pane		Pane		Pane		Pane		Pane			
Frutta		Frutta		Frutta		Frutta		Frutta			
Alimento		gr		Alimento		gr		Alimento		gr	
Pasta		70		Pasta		80		Riso		70	
Legumi secchi		40		Pelati		50/80		Piselli		50	
Carote, aromi		q.b.		Olio		5		Olio		5	
Olio		5									
Cotoletta				Omelette				Bastoncini di pesce		100	
Petto di pollo		120		Uova		80/90					
Pangratto e Uovo		q.b.		Olio		5		Prosciutto crudo		80	
Olio		5								Olio	
Pane				Pane				Pane			
Pomodori da insalata		150		Patate		150		Insalata verde		80/100	
Olio		5		Olio		5		Olio		5	
								Fagiolini e Carote		100	
								Olio		5	
Frutta fresca di stagione		150		Frutta fresca di stagione		150		Frutta fresca di stagione		150	
* Per la preparazione dei pasti, si consiglia di utilizzare prodotti freschi e stagionali.											

Gli alimenti sono da considerarsi pesati a crudo e al netto degli scarti - E' data facoltà alle Amministrazioni nel costituire il capitolato stabilire se utilizzare prodotti freschi o surgelati in quest'ultimo caso dovrà essere riportato sul menù

Il pane deve essere a formato panini confezionati (monodose minimo gr. 50)

La frutta di **stagione fresca** e con grammatura di g 130-150 per frutti con pezzatura tipo "pesche, mele arance, pere, ecc.." (**un frutto per scolastico**) e di 60-70 g per frutti con pezzatura tipo "albicocche, mandarini, prugne, ecc.." (**due frutti per scolastico**)

*Verificare in etichetta l'assenza di lattosio

[Signature]