



Alcrista
Diavola Della Rose

REFEZIONE SCOLASTICA ANNO 2010 / 2011
TABELLA DIETETICA PER GLI ALUNNI DELLA SCUOLA MATERNA – ESCLUSIONE DEL GLUTINE (s.g.) / UOVA

PRIMA SETTIMANA DEL MESE

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
Pasta s.g. e lenticchie	Pasta s.g. al pomodoro	Pasta s.g. in brodo **	Pasta s.g. alla bolognese	Riso e Minestrone
Petto di pollo al forno	Prosciutto crudo	Fettina di vitello arrosto	Mozzarella	Filetti di platessa al forno
Patate al forno	Insalata verde	Spinaci all'olio	Insalata di pomodori	Carote al forno o Fagiolini
Pane al mais o s.g.	Pane al mais o s.g.	Pane al mais o s.g.	Pane al mais o s.g.	Pane al mais o s.g.
Frutta	Frutta	Frutta/ Yogurt***	Frutta	Frutta/ Yogurt***

Alimento	gr	Alimento	gr	Alimento	gr	Alimento	gr	Alimento	gr
Pasta s.g.	50	Pasta s.g.	70	Pasta s.g.	50	Pasta s.g.	70	Riso	50
Lenticchie	30	Pelati	50-80	Brodo vegetale**	q.b.	Carne macinata	10	Verdure miste	100
Pelati	20	Parmigiano o Grana	5	Olio	5	Pelati	40/60	Pelati	20
Olio	5	Olio	5	Parmigiano o Grana	5	Olio	5	Olio	5
						Parmigiano o Grana	5	Parmigiano o Grana	5
Petto di pollo	80	Prosciutto crudo	70	Carne di vitello	80	Mozzarella	80	Filetti di platessa	80
Olio	5			Olio	5			Limone	q.b.
								Olio	5
Pane al mais o s.g.		Pane al mais o s.g.		Pane al mais o s.g.		Pane al mais o s.g.		Pane al mais o s.g.	
Patate	100	Insalata verde	60/80	Spinaci	100	Pomodori da insalata	100	Carote o Fagiolini	100
Olio	5	Olio	5	Olio	5	Olio	5	Olio	5
Frutta fresca di stagione	150	Frutta fresca di stagione	150	Frutta fresca di stagione/Yogurt****	150/125	Frutta fresca di stagione	150	Frutta fresca di stagione/Yogurt****	150/125

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

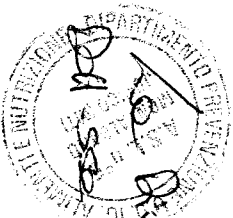
L'olio dev'essere extra-vergine d'oliva – Merluzzo e pesce in genere devono essere privati di lisce e spine(La Ditta appaltatrice deve garantirne l'assenza)

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

La frutta di **stagione fresca** e con granmatura 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**)

* Nel Comune in cui l'Amministrazione sceglie lo Yogurt sarà obbligatorio, per i giorni mercoledì e venerdì, somministrarlo al posto frutta- *** SOLO YOGURT BIANCO

** Il brodo vegetale deve essere a base di verdure miste : escludere l'uso del dado da brodo



Da scuola Daniela Della Rose

REFEZIONE SCOLASTICA ANNO 2010 / 2011
TABELLA DIETETICA PER GLI ALUNNI DELLA SCUOLA MATERNA – ESCLUSIONE DEL GLUTINE (s.g.)/UOVA
SECONDA SETTIMANA DEL MESE

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
Pasta s. g. e piselli	Pasta s. g. al pomodoro	Riso e Patate	Pasta s. g. al ragù	Passato di verdura (con pasta)
Fesa di Tacchino al forno	Formaggio tipo Asiago	Filetti di merluzzo al forno	Spezzatino di vitello alla pizzaiola	Mozzarella
Zucchine alla parmigiana	Insalata verde	Insalata di pomodori	Verdura lessa a foglia verde	Insalata mista con pomodori
Pane al mais o s.g.	Pane al mais o s.g.	Pane al mais o s.g.	Pane al mais o s.g.	Pane al mais o s.g.
Frutta	Frutta	Frutta/Yogurt***	Frutta	Frutta/Yogurt***

Alimento	gr	Alimento	gr	Alimento	gr	Alimento	gr	Alimento	gr
Pasta s.g.	50	Pasta s.g.	70	Riso	50	Pasta	70	Verdure miste	100
Piselli	30	Pelati	50-80	Patate	30	Carne in pezzi	20	Pasta	50
Pelati	20	Olio	5	Pelati	20	Pelati	20	Pelati	20
Olio	5	Parmigiano o Grana	5	Olio	5	Olio	5	Olio	3
				Parmigiano o Grana	5	Parmigiano o Grana	5	Parmigiano o Grana	5
Fesa di tacchino	80	Formaggio tipo Asiago	70	Filetti di merluzzo		Spezzatino di Vitello	80	Mozzarella	80
Olio	5			Olio/limone	70	Pelati	20		
				Olio	5	Olio	5		
Pane al mais o s.g.		Pane al mais o s.g.		Pane al mais o s.g.		Pane al mais o s.g.		Pane al mais o s.g.	
Zucchine	100								
Parmigiano o Grana	5	Insalata verde	60/80	Pomodori da insalata	100	Spinaci o Bieta	100	Insalata e pomodori	100
Olio e Burro	3+3	Olio	5	Olio	5	Olio	5	Olio	5
Frutta fresca di stagione	150	Frutta fresca di stagione	150	Frutta fresca di stagione/Yogurt***	150/125	Frutta fresca di stagione	150	Frutta fresca di stagione/Yogurt***	150/125

Gli alimenti sono da considerarsi pesati a crudo e al netto degli scarti - E" data facolta 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 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)

* Nel Comune in cui l'Amministrazione sceglie lo Yogurt sarà obbligatorio, per i giorni mercoledì e venerdì, somministrarlo al posto frutta- *** SOLO YOGURT BIANCO

e. Di Stefano
Roberto Di Stefano

REFEREZIONE SCOLASTICA ANNO 2010 / 2011
TABELLA DIETETICA PER GLI ALUNNI DELLA SCUOLA MATERNA – ESCLUSIONE DEL GLUTINE(s.g.)/UOVA
TERZA SETTIMANA DEL MESE

LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ	
Pasta s.g. e fagioli		Pasta s.g. al pomodoro		Risotto alla parmigiana		Pasta s.g. al ragù		Pasta s.g. e zucchine	
Filetti di platessa al forno		Coscia di pollo al forno		Mozzarella		Hamburger 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 al mais o s.g.		Pane al mais o s.g.		Pane al mais o s.g.		Pane al mais o s.g.		Pane al mais o s.g.	
Frutta/Yogurt***		Frutta		Frutta/Yogurt***		Frutta		Frutta	
Alimento	gr	Alimento	gr	Alimento	gr	Alimento	gr	Alimento	gr
Pasta s.g.	50	Pasta s.g.	70	Riso	50	Pasta s.g.	70	Pasta s.g.	50
Fagioli	30	Pelati	50 – 80	Brodo vegetale**	q.b.	Pelati/carne macinata	50/80	Zucchine	80
Pelati	20	Parmigiano o Grana	5	Olio + Burro	3+3	Parmigiano o Grana	5	Olio	5
Olio	5	Olio	5			Olio	5	Parmigiano o Grana	5
Filetti di platessa	80	Coscia di pollo	80	Mozzarella	80	Hamburger di vitello(NO UOVA)	80	Filetti di merluzzo	80
Olio/limone	5	Olio	5			Pelati	20	Pelati	20
Pane al mais o s.g.		Pane al mais o s.g.		Pane al mais o s.g.		Olio	5	Olio	5
						Pane al mais o s.g.		Pane al mais o s.g.	
Patate e Carote	100	Spinaci o Bieta	100	Insalata verde	60/80			Patate	100
Olio	5	Olio	5	Olio	5	Zucchine o Fagiolini	100	Olio	5
Frutta fresca di stagione/Yogurt***	150/125	Frutta fresca di stagione	150	Frutta fresca di stagione/Yogurt***	150/125	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 lisce e spine(La Ditta appaltatrice deve garantirne l'assenza)

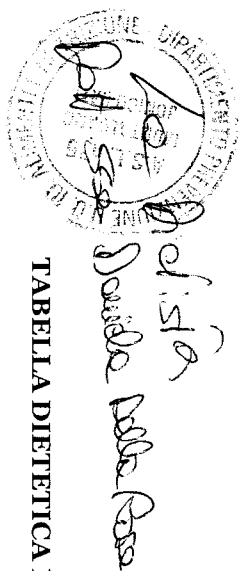
Il pane deve essere a formato panini confezionati (monodose minimo gr. 50

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 scolastico**) e di 60-70 g per frutti con pezzatura tipo "albicocche, mandarini, prugne, ecc.." (**due frutti per scolastico**)

* Nel Comune in cui l'Amministrazione sceglie lo Yogurt sarà obbligatorio, per i giorni mercoledì e venerdì, somministrarlo al posto frutta- *** SOLO YOGURT BIANCO

** Il brodo vegetale deve essere a base di verdure miste: escludere l'uso del dado da brodo

[Firma]



REFEZIONE SCOLASTICA ANNO 2010 / 2011
TABELLA DIETETICA PER GLI ALUNNI DELLA SCUOLA MATERNA – ESCLUSIONE DEL GLUTINE (s.g.)/UOVA
QUARTA SETTIMANA DEL MESE

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENEDÌ
Pasta s.g. in passato di legumi	Pasta s.g. al pomodoro	Riso e Piselli	Pasta s.g. all'amatriciana	Pasta s.g. e minestrone
Petto di pollo al forno	Prosciutto crudo	Filetti di platessa al forno	Scamorza/Caciotta fresca	Brasato di Vitello
Insalata di pomodori	Patate al forno	Insalate verde	Fagiolini e Carote	Insalata mista e pomodori
Pane al mais o s.g.	Pane al mais o s.g.	Pane al mais o s.g.	Pane al mais o s.g.	Pane al mais o s.g.
Frutta/Yogurt***	Frutta	Frutta/Yogurt***	Frutta	Frutta

Alimento	gr	Alimento	gr	Alimento	gr	Alimento	gr	Alimento	gr
Pasta s.g.	50	Pasta	70	Riso	50	Pasta s.g.	60	Pasta s.g.	50
Legumi secchi	30	Pelati	50/80	Piselli	40	Prosciutto crudo	5	Pelati	20
Carote, aromi	q.b.	Parmigiano o Grana	5	Olio	5	Pelati/cipolla	50/10	Verdure miste	100
Olio	5	Olio	5			Olio	5	Olio	5
						Parmigiano o Grana	5		
Petto di pollo	80	Prosciutto crudo	70	Filetti di platessa	80		Brasato di Vitello		
Olio	5			Olio/Limone	5		Vitello	80	
						Scamorza fresca	80	Brodo Vegetale**	q.b.
						o Caciotta fresca		Farina	20
Pane al mais o s.g.		Pane al mais o s.g.		Pane al mais o s.g.		Pane al mais o s.g.		Olio	5
								Pane al mais o s.g.	
Pomodori da insalata	100	Patate	100	Insalata verde	100			Insalata mista e pomodori	100
Olio	5	Olio	5	Olio	5	Fagiolini e Carote	100	Olio	5
						Olio	5		
Frutta fresca di stagione/Yogurt***	150/125	Frutta fresca di stagione	150	Frutta fresca di stagione/Yogurt***	150/125	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

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**)

* Nel Comune in cui l'Amministrazione sceglie lo Yogurt sarà obbligatorio, per i giorni mercoledì e lunedì, somministrarlo al posto frutta.

** Il brodo vegetale deve essere a base di verdure miste: escludere l'uso del dado da brodo