

*Tabella Dietetica priva di legumi  
Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I grado Menu estivo I-V settimana*

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta al pomodoro</li> <li>➤ Scaloppina di maiale al limone</li> <li>➤ Bietoline al limone</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con patate</li> <li>➤ Frittata con spinaci</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con crema di zucchine</li> <li>➤ Insalata di tonno e pomodori</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pizza olio e pomodoro</li> <li>➤ Mozzarella</li> <li>➤ Insalata verde al limone</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso con zucca</li> <li>➤ Filetto di pesce con patate</li> <li>➤ Tris di verdure</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta alla siciliana</li> <li>➤ Bastoncini di pesce</li> <li>➤ Carote lesse</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con broccoli</li> <li>➤ Sovracoscia di pollo</li> <li>➤ Insalata verde al limone</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso al pomodoro</li> <li>➤ Frittata con zucchine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con crema di zucchine</li> <li>➤ Polpette di melanzane al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con patate</li> <li>➤ Prosciutto cotto</li> <li>➤ Carciofi trifolati</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Risotto con spinaci</li> <li>➤ Arista di maiale</li> <li>➤ Patate al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta al pomodoro</li> <li>➤ Uova strapazzate con formaggio</li> <li>➤ Bietoline al limone</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso con zucca</li> <li>➤ Filetto di pesce alla mugnaia</li> <li>➤ Carote lesse</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con tonno</li> <li>➤ Mozzarella</li> <li>➤ Insalata di pomodori</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con broccoli</li> <li>➤ Polpette di ricotta e spinaci al forno</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta al pomodoro</li> <li>➤ Salsiccia di tacchino</li> <li>➤ Insalata verde al limone</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta alla siciliana</li> <li>➤ Formaggio spalmabile</li> <li>➤ Zucchine a tocchetti al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta e patate</li> <li>➤ Polpette di melanzane al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con zucca</li> <li>➤ Bastoncini di pesce</li> <li>➤ Pomodori e mais</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso al pomodoro</li> <li>➤ Frittata con zucchine</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con zucca</li> <li>➤ Mozzarella</li> <li>➤ Pomodori e mais</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta al pomodoro</li> <li>➤ Filetto di pesce impanato</li> <li>➤ Insalata verde al limone</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con broccoli</li> <li>➤ Prosciutto cotto</li> <li>➤ Bietoline al limone</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con crema di zucchine</li> <li>➤ Polpette di bovino al forno</li> <li>➤ Carote lesse</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Insalata di riso</li> <li>➤ Bastoncini di pesce</li> <li>➤ Patate al forno</li> </ul>

E' prevista la distribuzione tutti i giorni di:

- Panino bianco o integrale
- Tre giorni frutta fresca tagliata, due giorni frutta fresca (banane, arance, clementine, mele).

## MENU FESTIVI

PASQUA
➤ Tortellini al ragù
➤ Spezzatino di tacchino con patate
➤ Uovo di cioccolato con sorpresa

Per le grammature dei menù festivi, fare riferimento a quelle presenti nei ricettari delle tabelle dietetiche standard.

## CESTINI

Scuole materne	Scuole elementari	Scuole medie
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Due rosette g 50/cadauno</li><li>➤ Prosciutto cotto g 40</li><li>➤ Formaggio fresco g 25</li><li>➤ Succo di frutta 200 ml (tetrabrik)</li><li>➤ Acqua oligominerale da 0.5 L</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Due rosette g 80/cadauno</li><li>➤ Prosciutto cotto g 50</li><li>➤ Formaggio fresco g 50</li><li>➤ Succo di frutta 200 ml (tetrabrik)</li><li>➤ Acqua oligominerale da 0.5 L</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Due rosette g 100/cadauno</li><li>➤ Prosciutto cotto g 60 oppure salame tipo Napoli g 60</li><li>➤ Formaggio fresco g 75</li><li>➤ Succo di frutta 200 ml (tetrabrik)</li><li>➤ Acqua oligominerale da 0.5 L</li></ul>