

ALLEGATO "A"

PERIODO: novembre/aprile	1 SETTIMANA	2 SETTIMANA	3 SETTIMANA	4 SETTIMANA
Lunedì	Minestrone di verdure passate con farro o orzo (orzo gr 30, farro gr 30, verdure e legumi gr 90, olio gr 5, parmigiano gr 5)	Lasagne al forno (pasta gr 65, carne tritata gr 50, odori q.b., pomodoro gr 60, parmigiano gr 12, olio gr 5, latte gr 30, farina gr 7)	Pasta ai piselli (pasta gr 65, piselli gr 35, cipolla gr 25, olio gr 5, parmigiano gr 5)	Minestra di verdure passate con farro (farro gr 30, verdure e legumi gr 90, olio gr 5, parmigiano gr 5)
	Formaggio (stracchino o pecorino fresco) gr 60	Insalata mista (gr 100, olio gr 5)	Tortino con patate lesse (patate gr 65,1 uovo)	Arista di maiale arrosto (arista gr 70, aglio e rosmarino q.b., olio gr 5)
	Insalata (gr 100, olio gr 5)		Kiwi	Purè di patate (patate gr 90, latte e burro q.b.)
	Kiwi			Kiwi
Martedì	Pasta all'olio (pasta gr 65, olio gr 7, parmigiano gr 5)	Pasta all'olio (pasta gr 65, olio gr 7, parmigiano gr 5)	Pasta al forno (pasta gr 65, carne tritata gr 50, odori q.b., pomodoro gr 60, parmigiano gr 12, olio gr 5, latte gr 30, farina gr 7)	Gnocchi di patate al pomodoro (gnocchi gr 65, pomodoro gr 30, basilico q.b.)
	Spezzatino di tacchino con piselli (tacchino gr 60, odori q.b., pomodoro gr 40, piselli gr 30, olio gr 5)	Petto di pollo alla pizzaiola (petto di pollo gr 60, pomodoro gr 45, capperi e odori q.b.)	Carote crude (carote gr 100, limone e prezzemolo q.b., olio gr 5)	Filetto di platessa (platessa gr 90, aglio e prezzemolo q.b., limone q.b.,olio gr 5)
	Mandarino	Carote (carote gr 100, limone e prezzemolo q.b., olio gr 5)	Mandarino	Carote al limone (carote gr 100, limone e prezzemolo q.b., olio gr 5)
		Mandarino		Mandarino
Mercoledì	Riso al pomodoro (riso gr 65, pomodoro gr 65, odori q.b., olio gr 5, parmigiano gr 5)	Passato di ceci con pasta e pomodoro (ceci gr 40, pasta gr 30, odori q.b., olio gr 5, pomodoro gr 15)	Pasta al pesto (pasta gr 65, olio gr 7, basilico q.b., pinoli gr 7, parmigiano gr 5, ricotta gr 15)	Polenta al formaggio (farina di mais gr 60, acqua q.b., olio gr 5, parmigiano gr 15)
	Sogliola al vapore (gr 90)	Formaggio gr 60	Seppie in umido con bietole (seppie gr 40, bietole gr 40, olio gr 7, aglio q.b.)	Prosciutto cotto gr 30
	Purè di patate (patate gr 90, latte e burro q.b.)	Insalata mista (gr 100, olio gr 5)	Mela	Insalata (gr 100, olio gr 5)
	Mela	Mela		Mela
Giovedì	Pasta alle erbe aromatiche (pasta gr 65, erbe aromatiche q.b., pinoli gr 5, olio gr 5, parmigiano gr 5)	Pasta al pesto (pasta gr 65, olio gr 7, basilico q.b., pinoli gr 7, parmigiano gr 5, ricotta gr 15)	Minestra di fagioli e farro (fagioli gr 30, farro gr 30, olio gr 5, parmigiano gr 5)	Pasta ripassata in forno con mozzarella (pasta gr 65, olio gr 7, mozzarella gr 60)
	Fesa di tacchino in bianco (tacchino gr 70, rosmarino q.b., olio gr 5)	Fettina di tacchino in bianco (tacchino gr 70, rosmarino q.b., olio gr 5)	Formaggio (stracchino o asiago) gr 60	Piselli (piselli gr 50, olio gr 5)
	Carote al limone (carote gr 100, limone e prezzemolo q.b., olio gr 5)	Spinaci lessi (spinaci gr 100, olio gr 5)	Fagiolini lessi (fagiolini gr 80, olio gr 5, limone q.b.)	Arancia
	Arancia	Arancia	Arancia	
Venerdì	Minestra di fagioli (fagioli gr 40, pasta gr 30, odori q.b., olio gr 5)	Risotto con piselli e parmigiano (riso gr 65, piselli gr 35, cipolla gr 25, olio gr 5, parmigiano gr 5)	Pasta all'olio (pasta gr 65, olio gr 7, parmigiano gr 5)	Riso bianco (riso gr 65, olio gr 7, parmigiano gr 20)
	Tortino di spinaci (spinaci gr 100, uova q.b., olio q.b.)	Tranci di palombo alla pizzaiola (palombo gr 90, pomodoro gr 40, capperi q.b., olio gr 5)	Tortino di prosciutto e zucchine (1 uovo, prosciutto cotto gr 10, zucchine gr 30, olio gr 5)	Spezzatino con piselli (vitello gr 60, odori q.b., pomodoro gr 40, piselli gr 30, olio gr 5)
	Pera	Patate lesse (patate gr 90,olio gr 5)	Insalata (gr 100, olio gr 5)	Pera
		Pera	Pera	

Ogni giorno: pane gr 40, frutta gr 100, una porzione di verdura.

La grammatura s'intende a crudo. Nel caso il pane sia stato già utilizzato come ingrediente, non deve essere aggiunto al pasto. Anche nel caso in cui sia previsto, come contorno, un piatto a base di patate, deve essere previsto un primo piatto a base di verdura o altro contorno di verdure. Le verdure non sono sostituibili con i legumi.

PERIODO: ottobre e maggio/giugno	1 SETTIMANA	2 SETTIMANA	3 SETTIMANA	4 SETTIMANA
Lunedì	Riso bianco con piselli e parmigiano (riso gr 65, piselli gr 30, olio gr 5, parmigiano gr 10)	Risotto con piselli e parmigiano (riso gr 65, piselli gr 35, cipolla gr 25, olio gr 5, parmigiano gr 5)	Pasta con fagioli e farro (pasta gr 30, farro gr 20, fagioli gr 20, olio gr 5, odori q.b.)	Risotto al pomodoro (riso gr 65, olio gr 5, aglio e prezzemolo q.b., pomodoro gr 40)
	Arrosto di vitello (vitello gr 70, rosmarino e aglio q.b., olio gr 5)	Formaggio (stracchino o asiago) gr 60	Insalata di mozzarella e pomodori (mozzarella gr 60, pomodori gr 80, basilico e olio q.b.)	Petto di pollo arrosto (petto di pollo gr 70, aglio e rosmarino q.b., olio gr 5)
	Finocchi lessi (finocchi gr 80, olio gr 7, limone q.b.)	Insalata di pomodori (pomodori gr 80, olio gr 5, basilico q.b.)	Ciliegie (maggio) Susine (giugno) Pere (ottobre)	Patate arrosto (patate gr 60, olio gr 5, rosmarino q.b.)
	Ciliegie (maggio) Susine (giugno) Pere (ottobre)	Ciliegie (maggio) Susine (giugno) Pere (ottobre)		Ciliegie (maggio) Susine (giugno) Pere (ottobre)

Martedì	Pasta al pesto (pasta gr 65, olio gr 7, basilico q.b., pinoli gr 7, parmigiano gr 5, ricotta gr 15)	Pasta all'olio (pasta gr 65, olio gr 7, parmigiano gr 5)	Pasta all'olio (pasta gr 65, olio gr 7, parmigiano gr 5)	Pasta al pesto (pasta gr 65, olio gr 7, basilico q.b., pinoli gr 7, parmigiano gr 5, ricotta gr 15)
	Fagioli all'olio e tonno (fagioli gr 50, tonno gr 40, olio q.b.)	Polpette in umido (carne macinata gr 70, mollica pane gr 7, latte gr 14, uovo gr 17, parmigiano gr 5)	Polpette in umido (carne macinata gr 70, mollica pane gr 7, latte gr 14, uovo gr 17, parmigiano gr 5)	Prosciutto cotto gr 30
	Fragole (maggio) Albicocche (giugno) Uva (ottobre)	Fagiolini lessi (fagiolini gr 80, olio gr 5, limone q.b.)	Zucchine (zucchine gr 100, olio gr 5, rosmarino o salvia q.b.)	Carote al limone (carote gr 100, limone e prezzemolo q.b., olio gr 5)
		Fragole (maggio) Albicocche (giugno) Uva (ottobre)	Fragole (maggio) Albicocche (giugno) Uva (ottobre)	Fragole (maggio) Albicocche (giugno) Uva (ottobre)

Mercoledì	Minestrone di verdure con pasta (verdure e legumi q.b., pasta gr 20, odori q.b., olio gr 5, parmigiano gr 5)	Pasta e fagioli (pasta gr 30, fagioli gr 40, olio gr 5, pomodoro gr 15)	Risotto alla parmigiana (riso gr 65, olio gr 7, parmigiano gr 20)	Zuppa toscana (pane raffermo gr 40, verdure gr 100, legumi gr 30, olio gr 5)
	Insalata di mozzarella e pomodori (mozzarella gr 60, pomodori gr 80, basilico e olio q.b.)	Prosciutto cotto gr 30	Prosciutto crudo dolce gr 30	Frittata di zucchine (1 uovo, zucchine gr 50)
	Mela	Finocchi lessi (finocchi gr 80, olio gr 7, limone q.b.)	Piselli gr 50	Mela
		Mela	Mela	

Giovedì	Pasta al pomodoro (pasta gr 65, olio gr 5, aglio e prezzemolo q.b., pomodoro gr 30)	Risotto al pomodoro (riso gr 65, olio gr 5, aglio e prezzemolo q.b., pomodoro gr 40)	Pasta al pesto (pasta gr 65, olio gr 7, basilico q.b., pinoli gr 7, parmigiano gr 5, ricotta gr 15)	Pasta alle erbe aromatiche (pasta gr 65, erbe aromatiche q.b., pinoli gr 5, olio gr 5, parmigiano gr 5)
	Petto di pollo arrosto (petto di pollo gr 70, aglio e rosmarino q.b., olio gr 5)	Palombo in bianco (palombo senza lisce gr 80, aglio e prezzemolo q.b., olio gr 5)	Fettine di vitello al limone (vitello gr 70, olio gr 5, limone q.b.)	Sogliola o merluzzo al vapore gr 90
	Purè di patate (patate gr 90, latte e burro q.b.)	Insalata (gr 100, olio gr 5)	Spinaci lessi (spinaci gr 100, olio gr 5)	Insalata (gr 50, olio gr 5)
	Ciliegie (maggio) Pesche (giugno) Cachi (ottobre)	Ciliegie (maggio) Pesche (giugno) Cachi (ottobre)	Ciliegie (maggio) Pesche (giugno) Cachi (ottobre)	Ciliegie (maggio) Pesche (giugno) Cachi (ottobre)

Venerdì	Zuppa toscana (pane raffermo gr 40, verdure gr 100, legumi gr 30, olio gr 5)	Pasta al pesto (pasta gr 65, olio gr 7, basilico q.b., pinoli gr 7, parmigiano gr 5, ricotta gr 15)	Minestra di verdure passate (verdure e legumi gr 90, olio gr 5, parmigiano gr 5, pasta gr 30)	Riso bianco (riso gr 65, olio gr 7, parmigiano gr 20)
	Sogliola o merluzzo al vapore gr 90	Fesa di tacchino in bianco (tacchino gr 70, rosmarino q.b., olio gr 5)	Frittata di formaggio (1 uovo, parmigiano gr 10)	Insalata di mozzarella e pomodori (mozzarella gr 60, pomodori gr 80, basilico e olio q.b.)
	Carote (carote gr 100, limone e prezzemolo q.b., olio gr 5)	Patate arrosto (patate gr 60, olio gr 5, rosmarino q.b.)	Insalata (gr 100, olio gr 5)	Pera
	Kiwi (maggio) Albicocche (giugno) Pere (ottobre)	Kiwi (maggio) Albicocche (giugno) Pere (ottobre)	Kiwi (maggio) Albicocche (giugno) Pere (ottobre)	Kiwi (maggio) Albicocche (giugno) Pere (ottobre)

Ogni giorno: pane gr 40, frutta gr 100, una porzione di verdura

La grammatura s'intende a crudo. Nel caso il pane sia stato già utilizzato come ingrediente, non deve essere aggiunto al pasto. Anche nel caso in cui sia previsto, come contorno, un piatto a base di patate, deve essere previsto un primo piatto a base di verdura o altro contorno di verdure. Le verdure non sono sostituibili con i legumi.

