

COMUNE DI GROTTAZZOLINA

ALLEGATO N. 2

(Provincia di Fermo)

SCUOLA DELL'INFANZIA "V. MONALDI" DI GROTTAZZOLINA

MENU' 1^a Settimana

LUNEDI'	Crema di fagioli con minestrina	Prosciutto crudo e formaggio	Arance + Olive oppure Carote e Pomodori	Pane bianco o integrale gr. 50
MARTEDI'	Pasta asciutta al pomodoro	Spezzatino di carne	Patate e verdura cotta (es. bietole)	Pane bianco o integrale gr. 30
MERCOLEDI'	Risotto olio e parmigiano	Frittata	Zucchine o altre verdure	Pane bianco o integrale gr. 50
GIOVEDI'	Passato di verdura con pastina	Arista di maiale	Piselli e patate	"
VENERDI'	Pasta asciutta al pomodoro e tonno	Bastoncini di pesce al forno	Insalata verde	"

NOTA BENE:

- 1) CONDIRE SEMPRE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA;
- 2) LE VERDURE NON PIU' DI STAGIONE POSSONO ESSERE SOSTITuite CON ALTRE A DISCREZIONE DELLA CUCINA.

MERENDA

Frutta (mela - pera - banana o altro frutto di stagione) o succo di frutta con dolcetto

Crostata o pizza

Pane e cioccolato o yogurt con dolcetto

Ciambellone

GRAMMATURE * (legumi secchi gr.30, se utilizzati soli gr. 60)

tortellini gr. 70 pasta gr. 70 tonno gr. 20	pastina in brodo gr. 30, legumi gr. 30(*)	vitello - tacchino gr. 70	pesce gr. 100 (es. merluzzo, sogliola, nasello)	bietola o spinaci gr. 100
gnocchi gr. 120 riso gr. 70	coniglio - pollo gr. 80	prosciutto crudo o cotto gr. 30	olio extravergine di oliva gr. 15	zucchine gr. 80
formaggio gr. 30 (es. Bel Paese, Olandese, Emmenthal, Parmigiano, Mozzarella, Stracchino, Ricotta)	formaggio grana grattugiato gr. 5/10 uova n. 1	patate gr. 100 piselli gr. 100	verdure fresche gr. 100 (es. carote, pomodori)	finocchi gr. 100

26 SET 2014



COMUNE DI GROTTAZZOLINA

(Provincia di Fermo)

SCUOLA DELL'INFANZIA "V. MONALDI" DI GROTTAZZOLINA

MENU' 2^a Settimana

LUNEDI'	Pasta con olio e parmigiano	Coscette di pollo al forno o in tegame	Insalata mista	Pane bianco o integrale gr. 50
MARTEDI'	Gnocchi al ragù	Prosciutto cotto e formaggio	Piselli o verdure gratinate	"
MERCOLEDI'	Crema di legumi (gr. 60 se soli, gr. 30 con minestra)	Frittata	Spinaci burro e parmigiano	"
GIOVEDI'	Risotto al pomodoro	Arrostato di vitello	Patate e verdure al forno (zucchine + carote)	Pane bianco o integrale gr. 30
VENERDI'	Passato di verdure + pastina	Merluzzo o sogliola al forno con patate	Insalata verde	Pane bianco o integrale gr. 50

NOTA BENE:

- 1) CONDIRE SEMPRE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA;
- 2) LE VERDURE NON PIU' DI STAGIONE POSSONO ESSERE SOSTITUTE CON ALTRE A DISCREZIONE DELLA CUCINA.

MERENDA

Frutta (mela - pera - banana o altro frutto di stagione) o succo di frutta con dolcetto

Crostata o pizza

Pane e cioccolato o yogurt con dolcetto

Ciambellone

GRAMMATURE * (legumi secchi gr.30, se utilizzati soli gr. 60)

tortellini gr. 70 pasta gr. 70 tonno gr. 20	pastina in brodo gr. 30, legumi gr. 30(*)	vitello - tacchino gr. 70	pesce gr. 100 (es. merluzzo, sogliola, nasello)	bietola o spinaci gr. 100
gnocchi gr. 120 riso gr. 70	coniglio - pollo gr. 80	prosciutto crudo o cotto gr. 30	olio extravergine di oliva gr. 15	zucchine gr. 80
formaggio gr. 30 (es. Bel Paese, Olandese, Emmenthal, Parmigiano, Mozzarella, Stracchino, Ricotta)	formaggio grana grattugiato gr. 5/10 uova n. 1	patate gr. 100 piselli gr. 100	verdure fresche gr. 100 (es. carote, pomodori)	finocchi gr. 100

26 SET. 2013



COMUNE DI GROTTAZZOLINA

(Provincia di Fermo)

SCUOLA DELL'INFANZIA "V. MONALDI" DI GROTTAZZOLINA

MENU' 3^a Settimana

LUNEDI'	Passato di verdura con pastina	Petto di pollo in pizzaiola	Fagiolini o verdure gratinate	Pane bianco o integrale gr. 50
MARTEDI'	Pasta asciutta al pomodoro	Polpettone	Insalata di pomodori o piselli	"
MERCOLEDI'	Riso al burro e formaggio	Frittata	Patate e verdure al forno	Pane bianco o integrale gr. 30
GIOVEDI'	Tortellini al sugo (con esclusione di carne di maiale)	Prosciutto crudo e formaggio	Carote ed insalata	Pane bianco o integrale gr. 50
VENERDI'	Pasta asciutta al tonno e pomodoro	Bastoncini di pesce impanato	Insalata verde	"

NOTA BENE:

- 1) CONDIRE SEMPRE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA;
- 2) LE VERDURE NON PIU' DI STAGIONE POSSONO ESSERE SOSTITuite CON ALTRE A DISCREZIONE DELLA CUCINA.

MERENDA

Frutta (mela - pera - banana o altro frutto di stagione) o succo di frutta con dolcetto	Crostata o pizza
Pane e cioccolato o yogurt con dolcetto	Ciambellone

GRAMMATURE * (legumi secchi gr.30, se utilizzati soli gr. 60)

tortellini gr. 70 pasta gr. 70 tonno gr. 20	pastina in brodo gr. 30, legumi gr. 30(*)	vitello - tacchino gr. 70	pesce gr. 100 (es. merluzzo, sogliola, nasello)	bietola o spinaci gr. 100
gnocchi gr. 120 riso gr. 70	coniglio - pollo gr. 80	prosciutto crudo o cotto gr. 30	olio extravergine di oliva gr. 15	zucchine gr. 80
formaggio gr. 30 (es. Bel Paese, Olandese, Emmenthal, Parmigiano, Mozzarella, Stracchino, Ricotta)	formaggio grana grattugiato gr. 5/10 uova n. 1	patate gr. 100 piselli gr. 100	verdure fresche gr. 100 (es. carote, pomodori)	finocchi gr. 100

26 SET. 2013



COMUNE DI GROTTAZZOLINA

(Provincia di Fermo)

SCUOLA DELL'INFANZIA "V. MONALDI" DI GROTTAZZOLINA

MENU' 4^a Settimana

LUNEDI'	Pasta al burro e parmigiano	Petto di pollo impanato al forno	Purè di patate + verdura	Pane bianco o integrale gr. 30
MARTEDI'	Pasta al forno	Prosciutto cotto e formaggio	Carote fresche ad insalata	Pane bianco o integrale gr. 50
MERCOLEDI'	Risotto con verdure	Frittata	Piselli in umido oppure finocchi	"
GIOVEDI'	Pasta asciutta al pomodoro	Polpette di vitello	Insalata Verde	"
VENERDI'	Passato di verdura con pastina	Merluzzo o sogliola al forno con patate	Pomodori ad insalata o arrosto	"

NOTA BENE:

- 1) CONDIRE SEMPRE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA;
- 2) LE VERDURE NON PIU' DI STAGIONE POSSONO ESSERE SOSTITuite CON ALTRE A DISCREZIONE DELLA CUCINA.

MERENDA

Frutta (mela - pera - banana o altro frutto di stagione) o succo di frutta con dolcetto	Crostata o pizza
Pane e cioccolato o yogurt con dolcetto	Ciambellone

GRAMMATURE * (legumi secchi gr.30, se utilizzati soli gr. 60)

tortellini gr. 70 pasta gr. 70 tonno gr. 20	pastina in brodo gr. 30, legumi gr. 30(*)	vitello - tacchino gr. 70	pesce gr. 100 (es. merluzzo, sogliola, nasello)	bietola o spinaci gr. 100
gnocchi gr. 120 riso gr. 70	coniglio - pollo gr. 80	prosciutto crudo o cotto gr. 30	olio extravergine di oliva gr. 15	zucchine gr. 80
formaggio gr. 30 (es. Bel Paese, Olandese, Emmenthal, Parmigiano, Mozzarella, Stracchino, Ricotta)	formaggio grana grattugiato gr. 5/10 uova n. 1	patate gr. 100 piselli gr. 100	verdure fresche gr. 100 (es. carote, pomodori)	finocchi gr. 100

20 SET 2011





Comune di Grottazzolina

PROVINCIA DI FERMO

ALLEGATO N. 2

Servizio mensa scolastica

ANALISI NUTRIZIONALE CON I VALORI MEDI GIORNALIERI

Calorie	764
Proteine gr	31
Proteine %	16
Lipidi gr	27
Lipidi %	31
Glucidi gr	107
Glucidi %	53
Calcio	219
Sodio	487
Ferro	4,53
Fibra gr	10,36
Colesterolo	91

26 SET 2013

