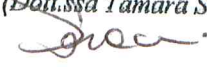


Scuola Paritaria dell'infanzia "Benedetta Cambiagio"

Via della Moletta, 10-00154 Roma.

TABELLE DIETETICHE

Scuola infanzia – menù primavera/estate



Prima settimana

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Primo	Pizza margherita	Maccheroni al pomodoro	Penne al ragù di carne	Minestra di lenticchie con pasta	Pasta alla marinara
Secondo	Prosciutto cotto	Filetti di limanda gratinati	Crocchette di ricotta e spinaci	Petto di tacchino al limone	Frittata
Contorno	Insalata verde	Insalata di pomodori	Piselli al tegame	Insalata mista	Bieta all'olio
Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
Frutta	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Yogurt	Frutta di stagione	Frutta di stagione
Dessert					

Seconda settimana

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Primo	Pasta al pesto	Gnocchetti sardi con pomodoro e ricotta	Risotto allo zafferano	Fusilli al ragù vegetale	Pasta e ceci
Secondo	Spezzatino di bovino	Polpette di nasello gratinato	Tortino di patate	Cotoletta di maiale panata	Mozzarella di bufala
Contorno	Misto di patate/carote/fagiolini	Insalata verde	Insalata di finocchi	Fagiolini all'olio	Carote flangè
Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
Frutta	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione		
Dessert					Coppetta di gelato alla frutta

Terza settimana

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Primo	Pasta e lenticchie	Pasta burro e parmigiano	Pasta con zucchine	Spaghetti al pomodoro	Penne al pesto
Secondo	Uova strapazzate	Petto di pollo panato	Formaggio asiago	Fettine di maiale alla pizzaiola	Crocchette di filetto di merluzzo
Contorno	Insalata verde	Piselli al tegame	Insalata di pomodori	Patate all'olio	Zucchine trifolate
Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
Frutta	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Yogurt	Frutta di stagione	Frutta di stagione
Dessert					

Quarta settimana

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Primo	Crema di verdura con pasta	Risotto alla parmigiana	Spaghetti al pomodoro e basilico	Pasta e fagioli	Fusilli all'ortolana
Secondo	Fuso di pollo arrosto	Medaglioni di filetto di merluzzo	Formaggio asiago	Petto di tacchino al limone	Arrosto di bovino al tegame
Contorno	Insalata mista	Patate all'olio	Insalata verde	Spinaci all'olio	Piselli al tegame
Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
Frutta	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	
Dessert					Coppetta di gelato vaniglia/cacao

NOTA

I FORMATI DI PASTA ED I GUSTI DEL GELATO DEVONO ESSERE QUELLI INDICATI

LA CARNE E GLI AFFETTATI DEVONO ESSERE TAGLIATI IN PICCOLISSIMI PEZZI- GLI ORTAGGI CRUDI E COTTI DEVONO ESSERE SMINUZZATI.

MERCOLEDI' I Settimana Menù estivo

Penne al ragù di carne	Grammi
Pasta di semola	50
Spalla bovino	15
Pomodori pelati	60
Carote	4
Cipolle	3
Sedano	2
Olio	3
Sale	q.b.

Crocchette di ricotta e spinaci	Grammi
Spinaci	60
Ricotta	20
Uova	2,5
Pangrattato	3
Olio	4
Sale	q.b.

Piselli al tegame	Grammi
Piselli	60
Cipolle	3
Brodo vegetale	q.b.
Olio	4
Sale	q.b.

Pane	Grammi
Pane	30

Yogurt	Grammi
Yogurt alla frutta	80

AZIENDA USL ROMA "C"
La Dietista
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione
(Dott.ssa Tamara Saraceni)


GIOVEDI' I Settimana Menù estivo

Minestra di lenticchie con pasta	Grammi
Pasta di semola	30
Lenticchie secche	20
Cipolle	3
Sedano	2
Carote	5
Patate	5
Pomodori pelati	10
Olio	3
Sale	q.b.

Petto di tacchino al limone	Grammi
Petto di tacchino	60
Farina	3
Succo di limone + acqua	q.b.
Olio	4
Sale	q.b.

Insalata mista	Grammi
Cappuccina	40
Carote	30
Pomodori	30
Aceto bianco	q.b.
Olio	4
Sale	q.b.

Pane	Grammi
Pane	30

Frutta	Grammi
Frutta	100

AZIENDA USL ROMA "C"
La Dietista
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione
(Dott.ssa Tamara Saraceni)


VENERDI' I Settimana Menù estivo

Pasta alla marinara	Grammi
Pasta di semola	50
Pomodori pelati	60
Aglione	q.b.
Prezzemolo	q.b.
Olio	3
Sale	q.b.

Frittata	Grammi
Uova (n.1)	1
Olio	4
Sale	q.b.

Bieta all'olio	Grammi
Bieta	120
Aglione	q.b.
Olio	4
Sale	q.b.

Pane	Grammi
Pane	30

Frutta	Grammi
Frutta	100

AZIENDA USL ROMA "C"
La Dietista
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione
(Dott.ssa Tamara Saraceni)


LUNEDI' II Settimana Menù estivo

Pasta al pesto	Grammi
Pasta di semola	50
Pesto	20
Olio	3
Sale	q.b.

Spezzatino di bovino	Grammi
Spalla di bovino	60
Sedano	2
Cipolle	3
Carote	10
Olio	4
Sale	q.b.
Rosmarino	q.b.

Misto di patate/carote/fagiolini	Grammi
Patate	40
Carote	20
Fagiolini surg.	40
Olio	4
Sale	q.b.

Pane	Grammi
Pane	30

Frutta	Grammi
Frutta	100

AZIENDA USL ROMA "C"
La Dietista
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione
(Dot.ssa Tamara Saraceni)



MARTEDI' II Settimana Menù estivo

Gnocchetti sardi al pomodoro e ricotta	Grammi
Pasta di semola	50
Carote	4
Cipolle	3
Sedano	2
Pomodori pelati	60
Ricotta	15
Olio	3
Sale	q.b.

Polpette di nasello gratinato	Grammi
Filetto nasello surg.	70
Pangrattato	4
Uova	3,5
Prezzemolo	q.b.
Olio	4
Sale	q.b.

Insalata verde	Grammi
Cappuccina	60
Aceto bianco	q.b.
Olio	4
Sale	q.b.

Pane	Grammi
Pane	30

Frutta	Grammi
Frutta	100

AZIENDA USL ROMA "C"
La Dietista
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione
(Dott.ssa Tamara Saraceni)


MERCOLEDI' II Settimana Menù estivo

Risotto allo zafferano	Grammi
Riso parboiled	50
Cipolle	3
Brodo vegetale	q.b.
Parmigiano	5
Zafferano	q.b.
Olio	3
Sale	q.b.

Tortino di patate	Grammi
Patate	50
Latte	20
Mozzarella	15
Prosciutto cotto	15
Parmigiano	5
Olio	q.b.
Sale	q.b.

Insalata di finocchi	Grammi
Finocchi	70
Olio	4
Sale	q.b.

Pane	Grammi
Pane	30

Frutta	Grammi
Frutta	100

AZIENDA USL ROMA "C"
La Dietista
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione
(Dott.ssa Tamara Saraceni)



GIOVEDI' II Settimana Menù estivo

Fusilli al ragù vegetale	Grammi
Pasta di semola	50
Carote	10
Cipolle	5
Sedano	3
Brodo vegetale	q.b.
Pomodori pelati	60
Parmigiano	5
Olio	3
Sale	q.b.

Cotoletta di maiale panata	Grammi
Arista lombata suino	60
Uova	10
Pangrattato	7
Limone (succo)	q.b.
Olio	4
Sale	q.b.

Fagiolini all'olio	Grammi
Fagiolini sug.	120
Limone (succo)	q.b.
Olio	4
Sale	q.b.

Pane	Grammi
Pane	30

Frutta	Grammi
Frutta	100

AZIENDA USL ROMA "C"
La Dietista
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione
(Dott.ssa Tamara Saraceni)


VENERDI' II Settimana Menù Estivo

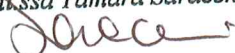
Pasta e ceci	Grammi
Pasta di semola	30
Ceci secchi	20
Carote	5
Cipolle	3
Sedano	2
Patate	5
Pomodori pelati	10
Rosmarino	q.b.
Olio	3
Sale	q.b.

Mozzarella di bufala	Grammi
Mozzarella di bufala	55

Carote flangè	Grammi
Carote	80
Limone (succo)	4
Olio	4
Sale	q.b.

Pane	Grammi
Pane	30

Gelato	Grammi
Gelato	50

AZIENDA USL ROMA "C"
La Dietista
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione
(Dott.ssa Tamara Saraceni)


LUNEDI' III Settimana Menù Estivo

Pasta e lenticchie	Grammi
Pasta di semola	30
Lenticchie secche	20
Carote	5
Cipolle	3
Sedano	2
Patate	5
Pomodori pelati	10
Olio	3
Sale	q.b.

Uova strapazzate	Grammi
Uova	60
Burro	3
Sale iodato	q.b.

Insalata verde	Grammi
Cappuccina	60
Aceto bianco	q.b.
Olio	4
Sale	q.b.

Pane	Grammi
Pane	30

Frutta	Grammi
Frutta	100

AZIENDA USL ROMA "C"
La Dietista
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione
(Dot.ssa Tamara Saraceni)


MARTEDI' III Settimana Menù Estivo

Pasta burro e parmigiano	Grammi
Pasta di semola	50
Parmigiano	7
Burro	7
Sale	q.b.

Petto di pollo panato	Grammi
Petto di pollo	60
Uova	10
Pangrattato	7
Limone (succo)	q.b.
Olio	4
Sale	q.b.

Piselli al tegame	Grammi
Piselli surg.	60
Cipolle	3
Brodo vegetale	q.b.
Olio	4
Sale	q.b.

Pane	Grammi
Pane	30

Frutta	Grammi
Frutta	100

AZIENDA USL ROMA "C"
La Dietista
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione
(Dott.ssa Tamara Saraceni)


MERCOLEDI' III Settimana Menù Estivo

Pasta con zucchine	Grammi
Pasta di semola	50
Zucchine	30
Cipolle	5
Brodo vegetale	q.b.
Parmigiano	5
Olio	3
Sale	q.b.

Formaggio asiago	Grammi
Formaggio asiago	40

Insalata di pomodori	Grammi
Pomodori	100
Olio	4
Sale	q.b.

Pane	Grammi
Pane	30

Yogurt	Grammi
Yogurt alla frutta	80

AZIENDA USL ROMA "C"
La Dietista
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione
(Dott.ssa Tamara Saraceni)



GIOVEDI' III Settimana del Menù Estivo

Spaghetti al pomodoro	Grammi
Pasta di semola	50
Carote	4
Cipolle	3
Sedano	2
Pomodori pelati	60
Parmigiano	5
Olio	3
Sale	q.b.

Fettine di maiale alla pizzaiola	Grammi
Maiale fette	60
Passata di pomodori	25
Olio	4
Cipolla	3
Sale	q.b.
Origano	q.b.

Patate all'olio	Grammi
Patate	100
Olio	4
Sale	q.b.

Pane	Grammi
Pane	30

Frutta	Grammi
Frutta	100

AZIENDA USL ROMA "C"
La Dietista
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione
(Dott.ssa Tamara Saraceni)



VENERDI' III Settimana Menù Estivo

Penne al pesto	Grammi
Pasta di semola	50
Pesto	20
Olio	3
Sale	q.b.

Crocchette di filetto di nasello	Grammi
Filetto nasello surg.	70
Pangrattato	4
Uova	3,5
Prezzemolo	q.b.
Olio	4
Sale	q.b.

Zucchine trifolate	Grammi
Zucchine	120
Aglione	q.b.
Prezzemolo	q.b.
Olio	4
Sale iodato	q.b.

Pane	Grammi
Pane	30

Frutta	Grammi
Frutta	100

AZIENDA USL ROMA "C"
La Dietista
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione
(Dott.ssa Tamara Saraceni)
