

# AZIENDA SANITARIA LOCALE BN

## DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE

Servizio Igiene degli alimenti e della nutrizione - Direttore dott.ssa Anna Romano  
 Compilatore : dott.ssa Ersilia Palmi - Medico-specialista in scienza dell'alimentazione  
**Tabella Pasti Mensile per alunni di scuola Materna**  
**MENÙ Estivo (dal 1 aprile)**

A.S. 2018/2019

APICE



1 <sup>a</sup> settimana	
lunedì	martedì
mercoledì	
giovedì	
venerdì	
pasta gr 40 e e zucca gr 100 cotoletta di pollo gr 70 fagiolini lessi gr 80 1 cucchiaino di parmigiano	pasta gr 30 e patate gr 80 frittata (1 uovo) pomodori all'insalata 70 1 cucchiaino di parmigiano
	gnocchetti sardi gr 60 (al sugo) formaggio gr 50 piselli in umido gr 70 1 cucchiaino di parmigiano <b>2<sup>a</sup> settimana</b>
	pasta gr 30 e e zucchine gr 100 viallo in umido gr 70 patate al forno 100 1 cucchiaino di parmigiano
	riso gr 30 e piselli gr 80 merluzzo in bianco gr 70 pomodori all'insalata 70 1 cucchiaino di parmigiano
	pasta gr 40 patate gr 80 fiordilatte gr 80 fagiolini lessi gr 80 1 cucchiaino di parmigiano
	pasta gr 40 e riso gr 40 e piselli gr 80 formaggio gr 50 pomodori all'insalata gr 70 1 cucchiaino di parmigiano

pasta al sugo gr 60 pollo petto in umido gr 70 patate lesse gr 100 1 cucchiaino di parmigiano	risotto gr 60 e bietole 30 al pomodoro formaggio gr 50 carote lesse gr 80 1 cucchiaino di parmigiano	pasta gr 30 e lenticchie gr 30 platessa al forno gr 80 pomodori o bietta gr 80 <b>3<sup>a</sup> settimana</b>	pasta gr 40 e e zucchine gr 80 scaloppina di tacchino gr 80 (fesa) spinaci gr 80 1 cucchiaino di parmigiano	riso gr 40 e patate gr 80 fiordilatte gr 80 fagiolini lessi gr 80 1 cucchiaino di parmigiano
--	--	---	--	--

pasta gr 40 e e melanzane gr 80 3 bastoncini di merluzzo fagiolini lessi gr 80 1 cucchiaino di parmigiano	pasta gr 30 e fagioli gr 30 frittata (1 uovo) pomodori all'insalata 80 o zucchine in umido g 80	pasta al sugo gr 80 cotoletta di pollo gr 80 spinaci gr 80 1 cucchiaino di parmigiano	pasta gr 40 e zucca gr 100 prosciutto cotto gr 50 fagiolini al pomodoro gr 70 1 cucchiaino di parmigiano	riso gr 40 e piselli gr 80 formaggio gr 50 pomodori all'insalata gr 70 1 cucchiaino di parmigiano
---	---	--	--	---

AGGIUNGERE: OGNI GIORNO GR 50 di pane, gr 100 di frutta fresca di stagione e 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva  
**MERTEDI' DELLA PRIMA SETTIMANA IL PRIMO PIATTO PUO' ESSERE SOSTITUITO DA G 100 PIZZA MARGHERITA**

SU RICHIESTA DEL COMUNE SI CON...  
 PER L'ANNO SCOLASTICO 2019/2020

23 SET. 2019



# AZIENDA SANITARIA LOCALE BN

## DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE

Servizio Igiene degli alimenti e della nutrizione - Direttore dott.ssa Anna Romano  
 Compilatore : dott.ssa Ersilia Palombi -Medico- specialista in scienza dell'alimentazione

A.S. 2018/2019

APICE



### Tabella Pasti Mensile per alunni di scuola Materna

#### MENU' Estivo (dal 1 aprile)

lunedì

martedì

mercoledì

giovedì

pasta gr 40 e  
 e zucchine gr 80  
 maiale - fettina gr 80  
 spinaci 80  
 1 cucchiaino di parmigiano

pasta al sugo gr 60  
 pollo (coscia) gr 70  
 al forno con  
 patate al forno gr 100  
 1 cucchiaino di parmigiano

riso gr 30 e  
 piselli gr 70  
 fiondiatte gr 80  
 fagiolini al pomodoro 70  
 1 cucchiaino di parmigiano  
 pomodori all'insalata 70  
 1 cucchiaino di parmigiano

pasta gr 30 e  
 fagioli gr 30  
 uovo 1 (frittata)  
 fagiolini lessi gr 70

gnocchetti sardi gr 60  
 (al sugo)  
 fiondiatte gr 80  
 fagiolini al pomodoro g 80  
 1 cucchiaino di parmigiano

pasta gr 30 e  
 e lenticchie gr 30  
 cotoletta di vitello g70  
 purea di patate gr 80

5ª settimana  
 riso gr 30 e  
 melanzane gr 80  
 maiale ( fettina) gr 70  
 pomodori gr 80  
 1 cucchiaino di parmigiano

risotto gr 30 con  
 e zucca gr 100  
 platessa al forno gr 80  
 patate al forno gr 80  
 1 cucchiaino di parmigiano

pasta gr 30 e  
 lenticchie gr 30  
 prosciutto cotto gr 50  
 spinaci gr 80

pasta al sugo gr 60  
 fiondiatte gr 80  
 fagiolini lessi gr 80  
 1 cucchiaino di parmigiano

6ª settimana  
 risotto gr 40  
 con zucchine gr 60  
 maiale- fettina gr70  
 carote lesse gr 80  
 1 cucchiaino di parmigiano

riso al sugo gr 60  
 uovo 1 (frittata)  
 piselli in umido gr 70  
 1 cucchiaino di parmigiano

**AGGIUNGERE OGNI GIORNO GR 50 di pane, gr 100 di frutta fresca di stagione e 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva**  
**GIOVEDI' DELLA QUARTA SETTIMANA IL PRIMO PIATTO PUO' ESSERE SOSTITUITO DA GR 100 DI PIZZA MARGHERITA**

SU RICHIESTA DEL COMUNE SI CONFERMA  
 PER L'ANNO SCOLASTICO 2019 - 2020



# AZIENDA SANITARIA LOCALE BN

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE

Servizio Igiene degli alimenti e della nutrizione- Direttore dott.ssa Anna Romano

Compiatore: dott.ssa Ersilia Palombi -Medico- specialista in scienza dell'alimentazione

Tabella Pasti Mensile per alunni di scuola Materna

A.S. 2018/2019

APICE

MENU' Estivo (dal 1 aprile)

7<sup>a</sup> settimana

pasta gr 30	riso gr 60 e bietola 30	pasta al sugo gr 60	pasta gr 40 e	pasta al sugo gr 60
piselli gr 80	al pomodoro	fordi latte gr 80	melanzane gr 100	merluzzo al pomodoro gr 70
maiale - fetina gr 80	cotoletta di pollo gr 70	pomodori o spinaci gr 80	uovo 1-frittata	spinaci gr 80
fagiolini lessi gr 80	carota lesse gr 80	1 cucchiaio di parmigiano	patate al forno gr 90	1 cucchiaio di parmigiano
1 cucchiaio di parmigiano	1 cucchiaio di parmigiano	1 cucchiaio di parmigiano	1 cucchiaio di parmigiano	1 cucchiaio di parmigiano

8<sup>a</sup> settimana

pasta gr 40 e	riso al sugo gr 60	pasta gr 30 e	pasta gr 40 e	pasta gr 30 e
melanzane gr 80	pollo (coscia) gr 70	fagioli gr 30	e zucchine gr 100	ceci gr 30
formaggio gr 50	al forno con	uovo 1 (frittata)	cotoletta di vitello gr 80	3 bastoncini di merluzzo
piselli in umido gr 70	patate al forno gr 100	spinaci gr 80	fagiolini al pomodoro gr 70	pomodori all'insalata gr 70
1 cucchiaio di parmigiano	1 cucchiaio di parmigiano	1 cucchiaio di parmigiano	1 cucchiaio di parmigiano	1 cucchiaio di parmigiano

GIOVEDI' DELLA OTTAVA SETTIMANA IL PRIMO PIATTO PUO' ESSERE SOSTITUITO DA GR 100 DI PIZZA MARGHERITA  
AGGIUNGERE OGNI GIORNO GR 50 di pane, gr 100 di frutta fresaca di stagione e 2 cucchiai di olio extravergine di oliva



23 SET. 2019

SU RICHIESTA DEL COMUNE SI CONFERMA  
PER L'ANNO SCOLASTICO 2019-2020



# Tabella pasti mensile per Alunni di Scuola Materna

2018- 2019

SCOMPOSIZIONE IN NUTRIENTI

ESTIVO

1 settimana

APICE

1 di 8

	Proteine	Glicidi	Lipidi	Kcal	Fibra	Ferro	Calcio
<b>lunedì</b>							
parmigiano gr 20	6,7	0	5,62	77,4	0	0,14	238,1
pasta gr 40	4,32	28,68	0,24	141,20	1,08	0,56	8,80
vitello gr 70	14,49	0,00	0,70	64,40	0,00	1,20	12,00
verdura gr 180	2,00	3,90	0,60	30,00	2,00	2,60	39,00
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,0	2,00	0,30	7,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,0	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>
<b>TOTALE</b>	<b>32,01</b>	<b>77,58</b>	<b>27,66</b>	<b>668,0</b>	<b>6,68</b>	<b>5,20</b>	<b>311,90</b>
<b>martedì</b>							
parmigiano gr 20	6,7	0	5,62	77,4	0	0,14	238,1
pasta gr 30	3,24	23,70	0,42	105,90	0,81	0,42	1,45
patate gr 80	1,68	14,32	0,01	68,00	0,90	0,50	6,40
uovo1	12,49	0,00	8,70	128,00	0,00	1,50	48,00
pomodori gr 70	0,70	2,00	0,15	15,00	1,40	0,20	5,60
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>
<b>TOTALE</b>	<b>29,31</b>	<b>85,02</b>	<b>35,40</b>	<b>749,30</b>	<b>6,71</b>	<b>3,46</b>	<b>313,55</b>
<b>mercoledì</b>							
parmigiano gr 20	6,7	0	5,62	77,4	0	0,14	238,1
pasta gr 60	6,20	48,24	0,20	216,60	1,82	0,84	13,20
formaggio gr 50	16	0,21	10	180	0	0,15	430
piselli gr 70	4	9,7	0,2	50	4,8	1,28	1,3
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>
<b>TOTALE</b>	<b>37,40</b>	<b>103,15</b>	<b>36,52</b>	<b>879,00</b>	<b>10,02</b>	<b>3,11</b>	<b>696,6</b>
<b>giovedì</b>							
parmigiano gr 20	6,7	0	5,62	77,4	0	0,14	238,1
pasta gr 30	3,24	23,70	0,42	105,90	0,81	0,42	1,45
zucchine gr 100	1,30	1,40	0,10	11,00	1,20	0,50	21,00
pollo (petto)gr 70	14,49	0,00	0,70	64,40	0,00	2,80	2,10
patate gr 100	2,10	17,90	1,00	85,00	1,80	0,70	8,00
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>
<b>TOTALE</b>	<b>32,33</b>	<b>88,00</b>	<b>28,34</b>	<b>698,70</b>	<b>7,41</b>	<b>5,26</b>	<b>284,65</b>
<b>venerdì</b>							
parmigiano gr 20	6,7	0	5,62	77,4	0	0,14	238,1
riso gr 30	3,24	23,7	0,42	105,9	0,3	0,87	18
piselli gr 80	4,52	10,24	0,24	56	5,04	1,36	1,6
merluzzo gr 70	12,11	0,00	0,42	52,50	0,00	0,42	25,00
pomodori gr 80	0,80	2,10	0,16	17,00	1,60	0,30	7,20
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,80	0,40	7,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>
<b>TOTALE</b>	<b>31,87</b>	<b>81,04</b>	<b>27,36</b>	<b>663,80</b>	<b>10,54</b>	<b>3,79</b>	<b>309,90</b>

23 SET. 2019

Materna	2 settimana		estivo		2 di 8		
	Proteine	Glicidi	Lipidi	Kcal	Fibra	Ferro	Calcio
<b>lunedì</b>							
parmigiano gr 20	6,7	0	5,62	77,4	0	0,14	238,1
pasta gr 60	6,2	43,02	0,84	195	1,62	0,84	13,2
patate gr 100	2,10	17,90	1,00	85,00	1,80	0,70	8,00
pollo (petto) gr 70	14,49	0,00	0,70	84,40	0,00	2,80	2,10
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00
frutta gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>
<b>TOTALE</b>	<b>33,99</b>	<b>105,92</b>	<b>28,66</b>	<b>776,8</b>	<b>7,02</b>	<b>5,18</b>	<b>275,4</b>
<b>TOTALE</b>							
<b>martedì</b>							
parmigiano gr 20	6,7	0	5,62	77,4	0	0,14	238,1
riso gr 60	6,2	48,24	0,2	216,6	0,60	1,74	36,00
verdura gr 110	2,00	3,00	0,20	19,0	1,30	1,10	69,00
formaggio gr 50	16	0,21	10	180	0	0,15	430
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>
<b>TOTALE</b>	<b>35,40</b>	<b>86,45</b>	<b>36,52</b>	<b>848,00</b>	<b>5,5</b>	<b>3,83</b>	<b>787,1</b>
<b>mercoledì</b>							
pasta gr 30	3,24	23,70	0,42	105,90	0,81	0,42	1,45
lenticchie gr 30	6,06	14,31	0,60	83,40	4,14	2,40	17,10
platessa gr 80	15,92	2,00	7,80	79,00	0,00	0,50	23,00
verdura gr 80	1,8	2,2	0,4	16	1,2	1,5	21
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>
<b>TOTALE</b>	<b>31,52</b>	<b>87,21</b>	<b>29,72</b>	<b>639,30</b>	<b>9,75</b>	<b>5,52</b>	<b>76,55</b>
<b>giovedì</b>							
parmigiano gr 20	6,7	0	5,62	77,4	0	0,14	238,1
pasta gr 60	6,2	43,02	0,84	195	1,62	0,84	13,2
tacchino gr 80	18,00	0,00	0,00	86,00	0	0,8	58
spinaci gr 80	2,72	2,16	0,6	33	1,2	2	21
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>
<b>TOTALE</b>	<b>38,12</b>	<b>80,18</b>	<b>27,58</b>	<b>748,40</b>	<b>6,42</b>	<b>4,28</b>	<b>344,30</b>
<b>venerdì</b>							
parmigiano gr 20	6,7	0	5,62	77,4	0	0,14	238,1
pasta gr 30	3,24	23,70	0,42	105,90	0,81	0,42	1,45
patate gr 80	1,68	14,32	0,01	68,00	0,90	0,50	6,40
fiordilatte gr 80	15,92	3,92	12,88	194,4	0	0,3	280
fagiolini gr 80	1,80	2,20	0,40	16,00	2,00	0,70	27,00
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>
<b>TOTALE</b>	<b>33,84</b>	<b>89,14</b>	<b>39,83</b>	<b>816,70</b>	<b>7,31</b>	<b>2,76</b>	<b>566,95</b>

Materna

3 settimana estivo

3 di 8

	Proteine	Glicidi	Lipidi	Kcal	Fibra	Ferro	Calcio
<b>lunedì</b>							
parmigiano gr 20	6,7	0	5,62	77,4	0	0,14	238,1
pasta gr 40	4,32	28,68	0,24	141,20	1,08	0,56	8,80
melanzane gr 80	1,20	2,80	0,20	16,00	2,80	0,00	0,00
bastoncini 3	7,7	0,25	4,04	133,7	0	0,42	21
fagiolini gr 80	1,80	2,20	0,40	16,00	2,00	0,70	27,00
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	0,00	0,00	0,00
<b>TOTALE</b>	<b>26,22</b>	<b>78,93</b>	<b>31,00</b>	<b>739,30</b>	<b>9,48</b>	<b>2,52</b>	<b>308,90</b>
<b>martedì</b>							
pasta gr 30	3,24	23,70	0,42	105,90	0,81	0,42	1,45
fagioli gr 30	6,06	14,31	0,60	83,40	5,25	2,4	40,50
uovo1	12,49	0,00	8,70	128,00	0,00	1,50	48,00
pomodori gr 80	0,80	2,10	0,16	17,00	1,60	0,30	7,20
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	0,00	0,00	0,00
<b>TOTALE</b>	<b>27,09</b>	<b>85,11</b>	<b>30,38</b>	<b>669,30</b>	<b>11,26</b>	<b>5,32</b>	<b>111,15</b>
<b>mercoledì</b>							
parmigiano gr 20	6,70	0,00	5,62	77,40	0	0,14	238,1
pasta gr 60	6,2	43,02	0,84	195	1,62	0,64	13,2
pollo (petto) gr 70	14,49	0,00	0,70	64,40	0,00	2,80	2,10
spinaci gr 80	2,72	2,16	0,6	33	1,2	2	21
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	0,00	0,00	0,00
<b>TOTALE</b>	<b>34,61</b>	<b>90,18</b>	<b>28,64</b>	<b>654,80</b>	<b>6,42</b>	<b>6,48</b>	<b>288,4</b>
<b>giovedì</b>							
parmigiano gr 20	6,70	0,00	5,62	77,40	0	0,14	238,1
pasta gr 40	4,32	28,68	0,24	141,20	1,08	0,56	8,80
verdura gr 180	2,00	3,90	0,60	30,00	2,00	2,60	39,00
prosciutto cotto gr 50	9,9	0,4	7,35	107,5	0	1	3
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	0,00	0,00	0,00
<b>TOTALE</b>	<b>27,42</b>	<b>77,98</b>	<b>34,31</b>	<b>711,10</b>	<b>6,68</b>	<b>5</b>	<b>302,9</b>
<b>venerdì</b>							
parmigiano gr 20	6,70	0,00	5,62	77,40	0	0,14	238,1
riso gr 40	4,32	28,68	0,56	142,4	0,4	1,16	28
piselli gr 60	3,90	9,4	0,2	45	4,3	1,18	1,1
formaggio gr 50	16	0,21	10	180	0	0,15	430
pomodori gr 80	0,80	2,10	0,16	17,00	1,60	0,30	7,20
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	0,00	0,00	0,00
<b>TOTALE</b>	<b>36,22</b>	<b>85,39</b>	<b>37,04</b>	<b>816,80</b>	<b>9,90</b>	<b>3,63</b>	<b>718,40</b>

123 SET. 2019

Materna

4 settimana

estivo

4 di 8

	Proteine	Glicidi	Lipidi	Kcal	Fibra	Ferro	Calcio
<b>lunedì</b>							
parmigiano gr 20	6,7	0	5,62	77,4	0	0,14	238,1
pasta gr 40	4,32	28,68	0,24	141,20	1,08	0,56	8,80
maiale gr 80	13,70	0,00	6,50	120,00	0,00	1,70	6,00
verdura gr 160	3,60	3,00	0,80	32,00	2,40	3,00	42,00
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>
<b>TOTALE</b>	<b>32,82</b>	<b>76,68</b>	<b>33,66</b>	<b>725,60</b>	<b>7,08</b>	<b>6,10</b>	<b>308,90</b>
<b>martedì</b>							
parmigiano gr 20	6,7	0	5,62	77,4	0	0,14	238,1
pasta gr 60	6,2	43,02	0,84	195	1,82	0,84	13,2
pollo (coscia) gr 70	17,94	0,00	4,34	122,50	0,00	0,70	10,00
patate gr 100	2,10	17,90	1,00	85,00	1,80	0,70	8,00
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>
<b>TOTALE</b>	<b>37,44</b>	<b>105,92</b>	<b>32,30</b>	<b>834,90</b>	<b>7,02</b>	<b>3,08</b>	<b>283,30</b>
<b>mercoledì</b>							
parmigiano gr 20	6,70	0,00	5,62	77,40	0	0,14	238,1
riso gr 30	3,24	23,7	0,42	105,9	0,3	0,87	18
piselli gr 70	4,52	10,24	0,24	56,00	5,04	1,36	1,6
fagiolini gr 80	1,80	2,20	0,40	16,00	2,00	0,70	27,00
fiordilatte gr 80	15,92	3,92	12,88	194,4	0	0,3	260
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>
<b>TOTALE</b>	<b>36,68</b>	<b>85,06</b>	<b>40,06</b>	<b>804,70</b>	<b>10,94</b>	<b>4,07</b>	<b>578,70</b>
<b>giovedì</b>							
parmigiano gr 20	6,70	0,00	5,62	77,40	0	0,14	238,1
pasta gr 40	4,32	28,68	0,24	141,20	1,08	0,56	8,80
verdura gr 130	3,00	2,70	0,60	33,00	2,00	3,00	25,00
platessa gr 70	12,11	0,09	0,91	60,00	0,00	0,80	21,00
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>
<b>TOTALE</b>	<b>30,63</b>	<b>76,47</b>	<b>27,87</b>	<b>666,60</b>	<b>6,68</b>	<b>5,20</b>	<b>306,90</b>
<b>venerdì</b>							
pasta gr 30	3,24	23,70	0,42	105,90	0,81	0,42	1,45
fagioli gr 30	6,06	14,31	0,60	83,40	5,25	2,4	40,50
uovo1	12,49	0,00	8,70	128,00	0,00	1,50	48,00
fagiolini gr 70	1,00	6,08	0,38	10,00	2,00	0,70	27,00
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>
<b>TOTALE</b>	<b>27,29</b>	<b>89,09</b>	<b>30,60</b>	<b>682,30</b>	<b>11,66</b>	<b>5,72</b>	<b>130,95</b>

2018-2019

	ESTIVO				5 di 8			
	5 settimana	APICE						
	Proteine	Glicidi	Lipidi	Kcal	Fibra	Ferro	Calcio	
<b>lunedì</b>								
parmigiano gr 20	6,70	0,00	5,62	77,40	0	0,14	238,1	
pasta gr 60	6,2	43,02	0,84	195	1,62	0,84	13,2	
fiordilatte gr 80	15,92	3,92	12,88	194,4	0	0,3	280	
fagiolini gr 80	1,80	2,20	0,40	16,00	2,00	0,70	27,00	
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00	
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,0	2,00	0,30	7,00	
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,0	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	
<b>TOTALE</b>	<b>35,12</b>	<b>94,14</b>	<b>40,24</b>	<b>837,8</b>	<b>7,22</b>	<b>2,68</b>	<b>572,30</b>	
<b>martedì</b>								
parmigiano gr 5	1,70	0,00	1,40	19,35	0	0,04	57,95	
burro gr 5	0,04	0,50	4,17	37,90	0	0	1,25	
pasta gr 30	3,24	23,70	0,42	105,90	0,81	0,42	1,45	
lenticchie gr 30	6,06	14,31	0,60	83,40	4,14	2,40	17,10	
vitello gr 70	14,49	0,00	0,70	64,40	0,00	1,20	12,00	
patate gr 80	1,68	14,32	0,01	68,00	0,90	0,50	6,40	
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00	
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00	
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	
<b>TOTALE</b>	<b>31,71</b>	<b>97,83</b>	<b>27,80</b>	<b>733,95</b>	<b>9,45</b>	<b>5,26</b>	<b>110,15</b>	
<b>mercoledì</b>								
parmigiano gr 20	6,7	0	5,62	77,4	0	0,14	238,1	
riso gr 30	3,24	23,7	0,42	105,9	0,3	0,87	18	
melanzane gr 80	1,20	2,80	0,20	16,00	2,80	0,00	0,00	
maiale gr 70	14,49	0,00	0,70	91,00	0,00	1,40	5,50	
pomodori gr 80	0,80	2,10	0,16	17,00	1,60	0,30	7,20	
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00	
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00	
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	
<b>TOTALE</b>	<b>30,93</b>	<b>73,60</b>	<b>27,60</b>	<b>662,30</b>	<b>8,30</b>	<b>3,41</b>	<b>282,80</b>	
<b>giovedì</b>								
parmigiano gr 20	6,7	0	5,62	77,4	0	0,14	238,1	
pasta gr 30	3,24	23,70	0,42	105,90	0,81	0,42	1,45	
piselli gr 80	4,52	10,24	0,24	56	5,04	1,36	1,6	
formaggio gr 50	16	0,21	10	180	0	0,15	430	
carote gr 80	0,90	5,40	0,20	16,00	2,48	0,56	35,20	
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00	
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00	
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	
<b>TOTALE</b>	<b>35,86</b>	<b>84,55</b>	<b>36,98</b>	<b>790,30</b>	<b>11,93</b>	<b>3,33</b>	<b>720,35</b>	
<b>venerdì</b>								
parmigiano gr 20	6,7	0	5,62	77,4	0	0,14	238,1	
riso gr 30	3,24	23,7	0,42	105,9	0,3	0,87	18	
zucca gr 100	1,1	3,5	0,1	18	0,6	0,9	20	
platessa gr 80	15,92	2,00	7,80	79,00	0,00	0,50	23,00	
patate gr 80	1,68	14,32	0,01	68,00	0,90	0,50	6,40	
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00	
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00	
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	
<b>TOTALE</b>	<b>33,14</b>	<b>88,52</b>	<b>34,45</b>	<b>703,30</b>	<b>5,40</b>	<b>3,61</b>	<b>319,50</b>	



Materna lunedì	6 settimana estivo				6 di 8		
	Proteine	Glicidi	Lipidi	Kcal	Fibra	Ferro	Calcio
pasta gr 30	3,24	23,70	0,42	105,90	0,81	0,42	1,45
lenticchie gr 30	6,06	14,31	0,60	83,40	4,14	2,40	17,10
prosciutto cotto gr 50	9,9	0,4	7,35	107,5	0	1	3
spinaci gr 80	2,72	2,16	0,6	33	1,2	2	21
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>
<b>TOTALE</b>	<b>26,42</b>	<b>85,57</b>	<b>29,47</b>	<b>684,80</b>	<b>9,75</b>	<b>6,52</b>	<b>56,55</b>
<b>martedì</b>							
parmigiano gr 20	6,70	0,00	5,62	77,40	0	0,14	238,1
pasta gr 60	6,2	43,02	0,84	195	1,62	0,84	13,2
fiordilatte gr 80	15,92	3,92	12,88	194,4	0	0,3	280
fagiolini gr 80	1,80	2,20	0,40	16,00	2,00	0,70	27,00
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>
<b>TOTALE</b>	<b>35,12</b>	<b>94,14</b>	<b>40,24</b>	<b>637,80</b>	<b>7,22</b>	<b>2,68</b>	<b>572,3</b>
<b>mercoledì</b>							
parmigiano gr 20	6,7	0	5,62	77,4	0	0,14	238,1
riso gr 40	4,32	28,68	0,56	142,4	0,4	1,16	28
zucchine gr 60	0,50	2,80	0,10	8,00	0,80	0,25	16,00
maiale gr 70	14,49	0,00	0,70	81,00	0,00	1,40	5,50
carote gr 80	0,90	5,40	0,20	18,00	2,48	0,56	35,20
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>
<b>TOTALE</b>	<b>31,41</b>	<b>81,88</b>	<b>27,68</b>	<b>689,80</b>	<b>7,28</b>	<b>4,21</b>	<b>336,8</b>
<b>giovedì</b>							
parmigiano gr 5	1,70	0,00	1,40	19,35	0	0,04	57,95
burro gr 5	0,04	0,50	4,17	37,90	0	0	1,25
pasta gr 30	3,24	23,70	0,42	105,90	0,81	0,42	1,45
fagioli gr 30	6,06	14,31	0,60	83,40	5,25	2,4	40,50
bastoncini 3	7,7	0,25	4,04	133,7	0	0,42	21
patate gr 80	1,68	14,32	0,01	68,00	0,90	0,50	6,40
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>
<b>TOTALE</b>	<b>24,92</b>	<b>98,06</b>	<b>31,14</b>	<b>803,25</b>	<b>10,56</b>	<b>4,48</b>	<b>142,55</b>
<b>venerdì</b>							
parmigiano gr 20	6,7	0	5,62	77,4	0	0,14	238,1
riso gr 60	6,2	48,24	0,2	216,6	0,60	1,74	36,00
uovo 1	12,49	0,00	6,70	128,00	0,00	1,50	48,00
piselli gr 70	4	9,7	0,2	50	4,8	1,28	1,3
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>
<b>TOTALE</b>	<b>33,89</b>	<b>102,94</b>	<b>35,22</b>	<b>827,00</b>	<b>9,00</b>	<b>5,36</b>	<b>337,40</b>

Materna

7 settimana

estivo

7 di 8

	Proteine	Glicidi	Lipidi	Kcal	Fibra	Ferro	Calcio
<b>lunedì</b>							
parmigiano gr 20	6,7	0	5,62	77,4	0	0,14	238,1
pasta gr 30	3,24	23,70	0,42	105,90	0,81	0,42	1,45
fagiolini gr 80	1,80	2,20	0,40	16,00	2,00	0,70	27,00
maiale gr 70	14,48	0,00	0,70	91,00	0,00	1,40	5,50
piselli gr 80	4,80	5,30	0,40	40,00	5,04	2,40	1,60
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>
<b>TOTALE</b>	<b>35,53</b>	<b>76,20</b>	<b>28,04</b>	<b>685,30</b>	<b>11,45</b>	<b>5,76</b>	<b>287,85</b>
<b>martedì</b>							
parmigiano gr 20	6,70	0,00	5,62	77,40	0	0,14	238,1
riso gr 60	6,2	48,24	0,2	216,6	0,60	1,74	36,00
verdura gr 110	2,00	3,00	0,20	19,0	1,30	1,10	89,00
pollo (petto) gr 70	14,49	0,00	0,70	64,40	0,00	2,80	2,10
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>
<b>TOTALE</b>	<b>33,89</b>	<b>96,24</b>	<b>27,22</b>	<b>732,40</b>	<b>5,50</b>	<b>6,48</b>	<b>359,20</b>
<b>mercoledì</b>							
parmigiano gr 20	6,70	0,00	5,62	77,40	0	0,14	238,1
pasta gr 60	6,2	43,02	0,84	195	1,62	0,84	13,2
fiordilatte gr 80	15,92	3,92	12,88	194,4	0	0,3	280
pomodori gr 80	0,80	2,10	0,16	17,00	1,60	0,30	7,20
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>
<b>TOTALE</b>	<b>34,12</b>	<b>94,04</b>	<b>40,00</b>	<b>838,80</b>	<b>6,82</b>	<b>2,28</b>	<b>552,50</b>
<b>giovedì</b>							
parmigiano gr 20	6,70	0,00	5,62	77,40	0	0,14	238,1
pasta gr 40	4,32	28,88	0,24	141,20	1,08	0,56	8,80
melanzane gr 100	3,80	3,40	1,40	30,00	3,50	0,00	0,00
uovo 1	12,49	0,00	8,70	128,00	0,00	1,50	48,00
patate gr 90	1,90	17,00	0,02	77,00	1,00	0,80	7,00
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>
<b>TOTALE</b>	<b>33,71</b>	<b>94,08</b>	<b>36,48</b>	<b>808,60</b>	<b>8,18</b>	<b>3,50</b>	<b>315,90</b>
<b>venerdì</b>							
parmigiano gr 20	6,70	0,00	5,62	77,40	0	0,14	238,1
pasta gr 60	6,2	43,02	0,84	195	1,62	0,84	13,2
merluzzo gr 70	12,11	0,00	0,42	52,50	0,00	0,42	25,00
spinaci gr 80	2,72	2,16	0,6	33	1,2	2	21
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>
<b>TOTALE</b>	<b>32,23</b>	<b>90,18</b>	<b>27,98</b>	<b>712,90</b>	<b>6,42</b>	<b>4,10</b>	<b>311,30</b>

Materna	8 settimana				estivo			8 di 8		
		Proteine	Glicidi	Lipidi	Kcal	Fibra	Ferro	Calcio		
<b>lunedì</b>										
parmigiano gr 20	6,7	0	5,62	77,4	0	0,14	238,1			
pasta gr 40	4,32	28,68	0,24	141,20	1,08	0,56	8,80			
melanzane gr 80	1,20	2,80	0,20	16,00	2,80	0,00	0,00			
formaggio gr 50	16	0,21	10	180	0	0,15	430			
piselli gr 70	4,52	10,24	0,24	56,00	5,04	1,38	1,6			
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00			
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00			
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>			
<b>TOTALE</b>	<b>37,24</b>	<b>86,93</b>	<b>36,80</b>	<b>825,60</b>	<b>12,52</b>	<b>2,91</b>	<b>692,50</b>			
<b>martedì</b>										
parmigiano gr 20	6,7	0	5,62	77,4	0	0,14	238,1			
riso gr 60	6,2	48,24	0,2	216,6	0,60	1,74	36,00			
pollo ( coscia) gr 70	17,94	0,00	4,34	122,50	0,00	0,70	10,00			
patate gr 100	2,10	17,90	1,00	85,00	1,80	0,70	8,00			
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00			
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00			
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>			
<b>TOTALE</b>	<b>37,44</b>	<b>111,14</b>	<b>31,68</b>	<b>855,50</b>	<b>6,00</b>	<b>3,98</b>	<b>306,10</b>			
<b>mercoledì</b>										
pasta gr 30	3,24	23,70	0,42	105,90	0,81	0,42	1,45			
fagioli gr 30	6,06	14,31	0,60	83,40	5,25	2,4	40,50			
uovo1	12,49	0,00	8,70	128,00	0,00	1,50	48,00			
spinaci gr 80	2,72	2,16	0,6	33	1,2	2	21			
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00			
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00			
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>			
<b>TOTALE</b>	<b>29,01</b>	<b>85,17</b>	<b>30,82</b>	<b>705,30</b>	<b>10,86</b>	<b>7,02</b>	<b>124,95</b>			
<b>giovedì</b>										
parmigiano gr 20	6,7	0	5,62	77,4	0	0,14	238,1			
pasta gr 40	4,32	28,68	0,24	141,20	1,08	0,56	8,80			
vitello gr 70	14,49	0,00	0,70	64,40	0,00	1,20	12,00			
verdura gr 160	2,00	3,70	0,50	29,00	1,80	2,30	37,00			
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00			
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00			
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>			
<b>TOTALE</b>	<b>32,01</b>	<b>77,38</b>	<b>27,56</b>	<b>667,00</b>	<b>6,48</b>	<b>4,90</b>	<b>309,90</b>			
<b>venerdì</b>										
pasta gr 30	3,24	23,70	0,42	105,90	0,81	0,42	1,45			
ceci gr 30	6	12	0,8	100	5	2,3	44			
bastoncini 3	7,7	0,25	4,04	133,7	0	0,42	21			
pomodori gr 100	1,20	3,50	0,20	19,00	2,00	0,30	9,00			
pane gr 50	4,30	34,00	0,20	145,0	1,60	0,40	7,00			
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00	2,00	0,30	7,00			
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>			
<b>TOTALE</b>	<b>22,64</b>	<b>84,45</b>	<b>25,96</b>	<b>713,60</b>	<b>11,41</b>	<b>4,14</b>	<b>89,45</b>			