

n° prot **PA/2018/295824**

Tabelle differenziate per patologia allegate alla tabella n. 29 del 23/8/18

Al Responsabile del  
Servizio Pubblica Istruzione, Politiche Giovanili e Sport  
del Comune di Cagliari  
Viale San Vincenzo n. 4  
Cagliari

Al responsabile della CO.RI.SAR

Oggetto: Approvazione "menù differenziate per patologia" per gli alunni delle mense scolastiche anno scolastico  
2018/2019

Cagliari, **17 SET. 2018**

In riferimento alla richiesta nostro PG/2018/286545 del 07/09/2018 inoltrata dalla CO.RI.SAR in data 07/09/2018, relativa ai menù differenziati per patologia da allegare al menù in uso nelle mense scolastiche delle scuole dell'Infanzia, Primaria, Secondaria di I° grado del Comune di Cagliari, come di seguito elencati:

- Intolleranza al lattosio
- Intolleranza al lattosio con introduzione di prodotti lattiero-caseari delattosati
- Allergia alle proteine del latte vaccino
- Allergia alle proteine dell'uovo
- Allergia al pesce
- Celiachia

vista la documentazione allegata:

1. tabelle dietetiche differenziate, per le singole intolleranze e allergie sopra elencate, articolate su 9 settimane e per le stagioni autunno-inverno e primavera-estate;

2. grammature e macronutrienti

Si esprime **parere favorevole** per ciascuna dieta differenziata allegata.

Si raccomanda di esaminare con attenzione le etichette dei prodotti al fine di escludere la presenza di eventuali allergeni e derivati. Particolare attenzione deve essere posta lungo il percorso produttivo fino al momento del consumo, onde evitare contaminazioni.

  
Il Direttore  
Dott. Gian Mauro Vinci

  
MDS

COGNOME \_\_\_\_\_

NOME \_\_\_\_\_

DATA DI NASCITA \_\_\_\_\_

**PASTI MENSE SCOLASTICHE: MENU' SU NOVE SETTIMANE PER LE STAGIONI AUTUNNO - INVERNO - NO DOVO**

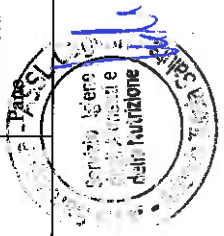
	1 <sup>^</sup> SETTIMANA	2 <sup>^</sup> SETTIMANA	3 <sup>^</sup> SETTIMANA	4 <sup>^</sup> SETTIMANA	5 <sup>^</sup> SETTIMANA	6 <sup>^</sup> SETTIMANA	7 <sup>^</sup> SETTIMANA	8 <sup>^</sup> SETTIMANA	9 <sup>^</sup> SETTIMANA
LUNEDI'	Pasta al pomodoro e basilico Hamburger al forno senza proteine dell'uovo Insalata verde Fruita fresca Pane	Pastina in brodo di vitello/one Lesso di vitello/one con olio o in verde Purè di patate Fruita fresca Pane	Risotto arlecchino Filetto di merluzzo* panato senza proteine dell'uovo al forno Carote al vapore* al vapore Fruita fresca Pane	<b>Pasta alla parmigiana</b> Hamburger/polpette di legumi al forno/sugo senza proteine dell'uovo Insalata mista Fruita fresca Pane	Minestrone di lenticchie Cosce di pollo al forno Patate* al vapore Fruita fresca Pane	Risotto alla milanese Prosciutto cotto Pomodori o finocchi Fruita fresca Pane	Fregola al pesto senza proteine dell'uovo Filetto di platessa all'olio Verdure grigliate/al vapore Fruita fresca Pane	Pasta all'olio evo Bastoncini di merluzzo* al forno senza proteine Verdure grigliate/al vapore Fruita fresca Pane	Risotto alle erbe <b>Formaggio dolce sardo</b> Insalata mista Fruita fresca Pane
MARTEDI'	Risotto alle carote Filetto di platessa* olio e limone Bietole* saltate Fruita fresca Pane	Pizza margherita Prosciutto cotto Insalata Verde Fruita Fresca Pane	Pastina in brodo vegetale Polpette senza proteine dell'uovo in verde o sugo Verdure grigliate/al vapore Fruita fresca Pane	Riso all'olio evo Arista di maiale al forno Insalata verde Fruita fresca Pane	Gnocchi di patate senza proteine dell'uovo <b>Prosciutto cotto</b> Verdure grigliate/al vapore Fruita fresca pane	Farfalle al sugo Formaggio pecorino Verdure grigliate/al vapore Fruita fresca pane	Pastina in brodo vegetale Cosce di pollo al forno Patate in verde Fruita fresca Pane	Mallorredus al sugo Ricotta ovina con miele Finocchi o pomodori Fruita fresca Pane	<b>Pastina</b> in brodo di vitello/one Lesso di vitello/one con olio o in verde Purè di patate Fruita fresca Pane
MERCOLEDI'	Minestrone di verdure Cosce di pollo al forno Patate a vapore Fruita fresca Pane	Riso all'olio evo Bastoncini di merluzzo* senza proteine dell'uovo al forno Finocchi o pomodori Fruita fresca Pane	Pasta al burro <b>Mozzarella</b> Finocchi al forno Fruita fresca Pane	Minestrina primavera Spezzatino di vitello/one con patate Fruita fresca Pane	Risotto alle zucchini Dolce sardo Arborea Crudité di verdure Fruita fresca Pane	Chifferi all'olio Filetto di merluzzo panato * senza proteine dell'uovo al forno Insalata mista Fruita fresca Pane	Pasta al burro <b>Bastoncini di merluzzo* al forno senza proteine dell'uovo</b> Insalata mista Fruita fresca Pane	Minestrone di legumi Bocconcini di pollo/tacchino con patate Fruita fresca Pane	Gnocchetti al sugo Platessa* panata senza proteine dell'uovo al forno Finocchi al forno Fruita fresca Pane
GIOVEDI'	Mallorredus al sugo Formaggio pecorino Pomodori o finocchi Fruita fresca Pane	<b>Pasta</b> al sugo Hamburger di pollo/tacchino al forno senza proteine dell'uovo Verdure grigliate/al vapore Fruita fresca Pane	Pasta al ragù vegetale Cotoletta di pollo/tacchino al forno senza proteine dell'uovo Insalata verde Fruita fresca Pane	Fregola al sugo Filetto di platessa* gratinata al forno Verdure grigliate/al vapore Fruita fresca Pane	Mallorredus al sugo Virello/one in umido con carote* Fruita fresca Pane	Minestra di patate Virello/one in umido con carote* Fruita fresca Pane	Riso all'olio evo Scaloppina di maiale al limone Insalata verde Fruita fresca Pane	<b>Pasta</b> alla parmigiana Polpette senza proteine dell'uovo in verde o sugo Insalata mista Fruita fresca Pane	Fusilli sugo e ricotta Coppa Parma IGP o prosciutto cotto per l'infanzia Crudité di verdure Fruita fresca Pane
VENERDI'	Pasta all'olio evo <b>Prosciutto cotto</b> Verdure grigliate/al vapore Fruita fresca Pane	Pasta al pesto senza proteine dell'uovo Mozzarella Crudité di verdure Fruita fresca Pane	Pasta al sugo Provoletta latte vaccino sardo Pomodori o finocchi Fruita fresca Pane	Pasta al sugo e ricotta Prosciutto crudo di Parma o cotto per l'infanzia Pomodori o finocchi Fruita fresca Pane	<b>Pasta</b> al sugo Hamburger di pollo/tacchino al forno senza proteine dell'uovo Insalata verde Fruita fresca Pane	Pizza margherita Mozzarella Pomodori o finocchi Fruita Fresca Pane	Risotto al sugo Lenticchie in umido Carote* al vapore Fruita fresca Pane	Pasta alla crema di zucchini Arista di maiale al forno Insalata verde Fruita fresca Pane	

\*il prodotto potrebbe essere surgelato

*Tabella n. 19 del*

07 SET. 2018

*Pd/2018/286545*



COGNOME \_\_\_\_\_

NOME \_\_\_\_\_

DATA DI NASCITA \_\_\_\_\_

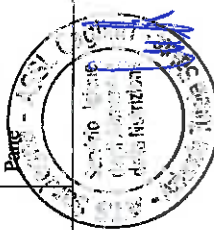
**PASTI MENSE SCOLASTICHE: MENU' SU NOVE SETTIMANE PER LE STAGIONI PRIMAVERA - ESTATE- NO UOVO**

	1 <sup>^</sup> SETTIMANA	2 <sup>^</sup> SETTIMANA	3 <sup>^</sup> SETTIMANA	4 <sup>^</sup> SETTIMANA	5 <sup>^</sup> SETTIMANA	6 <sup>^</sup> SETTIMANA	7 <sup>^</sup> SETTIMANA	8 <sup>^</sup> SETTIMANA	9 <sup>^</sup> SETTIMANA
LUNEDI'	Penne all'olio evo Bastoncini di merluzzo* al forno senza proteine Insalata mista Fruita fresca Pane	Gnocchetti al sugo Arrostio di maiale agli aromi Verdure grigliate/al vapore Fruita fresca Pane	Insalata di riso senza proteine dell'uovo Hamburger/polpette di legumi al forno/sugo senza proteine dell'uovo Cruditè di Verdure Fruita fresca Pane	Risotto sugo Prosciutto crudo Parmigiana o cotto per infanzia Insalata verde Fruita fresca Pane	<span style="color: red;">Pasta al sugo</span> <span style="color: red;">Hamburger/polpette di legumi al forno/sugo</span> senza proteine dell'uovo Carote* e cavolfiore al vapore Fruita fresca Pane	Riso all'olio evo <span style="color: red;">Formaggio Gran Campidano</span> Insalata tricolore Fruita fresca Pane	Fregola al pesto senza proteine dell'uovo Scaloppine di pollo/tacchino al limone Insalata verde Fruita fresca Pane	Farfalle al tonno Filetto di merluzzo* panato senza proteine dell'uovo in verde o sugo Insalata mista Fruita fresca Pane	Insalata di riso senza proteine dell'uovo Arista di maiale al forno Pomodori o finocchi Fruita fresca Pane
MARTEDI'	Malloredius al sugo Provoletta latte vaccino sardo Cruditè verdure Fruita fresca Pane	Mezze penne al tonno Platessa* panata senza proteine dell'uovo al forno Insalata mista Fruita fresca Pane	Riso all'olio evo Polpette senza proteine dell'uovo al forno o sugo Verdure grigliate/al vapore Fruita fresca Pane	Farfalle al pesto senza proteine uovo Roast beef di vitello/one al forno Cruditè di Verdure Fruita fresca Pane	Pastina in brodo vegetale Scaloppina di pollo/tacchino al limone Patate* al forno Fruita fresca Pane	Fusilli sugo e ricotta Fettina di vitello/one ai ferri Insalata mista Fruita fresca Pane	Insalata di riso senza proteine dell'uovo Polpette senza proteine dell'uovo in verde o sugo Pomodori o Finocchi Fruita fresca Pane	<span style="color: red;">Pasta al sugo</span> Cotoletta di pollo/tacchino al forno senza proteine uovo Cruditè di Verdure Fruita fresca Pane	<span style="color: red;">Pasta alla parmigiana</span> Polpette senza proteine dell'uovo in verde o sugo con olio o in verdic Carote* al vapore Fruita fresca Pane
MERCOLEDI'	Pastina in brodo vegetale Cotoletta di pollo/tacchino al forno senza proteine uovo Patate* al forno Fruita fresca Pane	Fusilli al ragù vegetale <span style="color: red;">Formaggio dolce sardo</span> Pomodori o finocchi Fruita fresca Pane	Gnocchetti al pomodoro Casu axedu con miele Insalata verde Fruita fresca Pane	Penne all'olio evo Platessa* panata senza uovo al forno Pomodori o finocchi Fruita fresca Pane	Pasta al burro Platessa* alla parmigiana Insalata verde Fruita fresca Pane	Farfalle al pesto di zuccine Bastoncini di merluzzo* senza proteine dell'uovo Carote* al vapore Fruita fresca Pane	Minestrina primavera Filetto di platessa* olio e limone Patate al vapore Fruita fresca Pane	Minestrina di patate Prosciutto cotto Pomodori o finocchi Fruita fresca Pane	Farfalle al ragù vegetale Bocconcini di pollo e tacchino al pan grattato in verde o sugo Insalata verde Fruita fresca Pane
GIOVEDI'	Risotto alle zuccine Hamburger senza proteine dell'uovo in verde/al forno Pomodori o finocchi Fruita fresca Pane	Pizza margherita Prosciutto cotto Insalata verde Fruita Fresca Pane	Minestrina primavera Cosce di pollo al forno Patate prezzemolate Fruita fresca Pane	Fregola al sugo <span style="color: red;">Prosciutto cotto</span> Verdure grigliate/al vapore Fruita fresca Pane	Insalata di riso Dolce Sardo Arborea Insalata mista Fruita fresca Pane	Gnocchetti al pomodoro Bocconcini di pollo/tacchino al pan grattato Insalata verde Fruita fresca Pane	Risotto alla milanese Arrostio di maiale agli aromi Verdure grigliate/al vapore Fruita fresca Pane	Pasta al pesto senza uovo Bocconcini di vitello/one con carote* Fruita fresca Pane	Mezze penne all'olio evo Filetto di platessa*gratinata al forno Insalata mista Fruita fresca Pane
VENERDI'	<span style="color: red;">Pasta</span> al sugo Lenticchie in umido Insalata verde Fruita fresca Pane	Minestrina al finocchietto selvatico Spezzatino di vitello/one con carote* Fruita fresca Pane	Pasta alla mediterranea Filetto di platessa*olio e limone Pomodori o Finocchi Fruita fresca Pane	Pastina in brodo di vitello/one Lesso di vitello/one con olio o in verde Patate* al forno Fruita fresca Pane	Farfalle al ragù vegetale Hamburger senza proteine dell'uovo al forno Pomodori o finocchi Fruita fresca Pane	Passato di verdure Prosciutto crudo di Parma o cotto per l'infanzia Patate* al forno Fruita fresca Pane	Pizza margherita Mozzarella Insalata mista Fruita fresca Pane	Riso all'olio evo <span style="color: red;">Mozzarella</span> Insalata Verde Fruita fresca Pane	Gnocchetti al pomodoro Formaggio fresco (casu friscu) Verdure grigliate/al vapore Fruita fresca Pane

\*il prodotto potrebbe essere surgelato

Tabella via del 07 SET. 2018

29/2018/286575

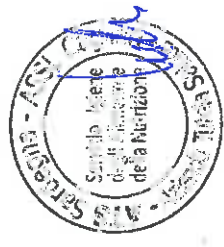


**STAGIONALITA' FRUTTA**

MENU' AUTUNNO INVERNO (NOVEMBRE-MARZO)	MENU' PRIMAVERA ESTATE (MARZO-OTTOBRE)
<p>Arance                      Banane                      Cachi mela                      Clementine                      Kiwi                      Loti                      Mandarini                      Mela                      Melone in asciutto                      Melone verde                      Pera                      Uva</p>	<p>Albicocche                      Anguria                      Arance (aprile-maggio)                      Banane                      Kiwi                      Mela                      Melone                      Pera                      Pesca                      Pesca noce                      Susine                      Uva (ottobre)</p>

**STAGIONALITA' VERDURA**

<p>Bietole                      Spinaci                      Fagiolini                      Patate                      Insalata verde (iceberg)                      Insalata verde (lattuga romana)                      Radicchio                      Carote                      Finocchi                      Pomodori                      Zucchine                      Carciofi</p>	<p>Asparagi                      Bietole                      Spinaci                      Fagiolini                      Patate                      Pomodori                      Carote                      Zucchine                      Melanzane                      Insalata verde (iceberg)                      Insalata verde (lattuga romana)                      Radicchio                      Cetrioli</p>
--	---



*Fg/2018/286545*

*Tabella n. 29 del 07 SET. 2018*

PRIMI PIATTI NO UOVO	ELENCO ALLERGENI
<b>PRIMI PIATTI ASCIUTTI</b>	
<b>Pasta al sugo</b>	
pasta	glutine
pomodori pelati	
olio extravergine di oliva	
cipolla, sedano, carote, basilico	sedano
parmigiano grattugiato	latte e derivati
<b>Pasta al pomodoro e basilico</b>	
pasta	glutine
pomodori pelati	
basilico	
olio extravergine di oliva	
cipolla, sedano, carote, basilico	sedano
parmigiano grattugiato	latte e derivati
<b>Pasta ai ragù vegetale</b>	
pasta	glutine
pomodori pelati	
zucchine/carote/sedano	sedano
olio extravergine di oliva	
cipolla, basilico	
parmigiano grattugiato	latte e derivati
<b>Pasta all'olio evo</b>	
pasta	glutine
olio extravergine d'oliva	
parmigiano grattugiato	latte e derivati
<b>Pasta alla carrettiera</b>	
pasta	glutine
pomodori freschi	
olio extravergine di oliva	
basilico	
<b>Pasta alla mediterranea</b>	
pasta	glutine
pomodori freschi	
tonno sott'olio o al naturale	pesce
olio extravergine di oliva	
<b>Pasta al tonno</b>	
pasta	glutine
olio extravergine di oliva	
tonno sott'olio o al naturale	pesce
<b>Pasta al pesto</b>	
pasta	glutine
olio extravergine di oliva	
basilico	
parmigiano grattugiato	latte e derivati
<b>Pasta alle zucchine/al pesto di zucchine</b>	
pasta	glutine
olio extravergine di oliva	
zucchine	

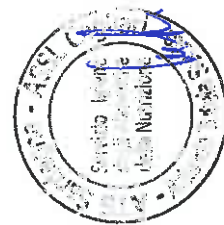


*pg/2018/286545*

**07 SET. 2018**

*Tabella n. 22 del*





prezzemolo	
parmigiano grattugiato	latte e derivati
Insalata di pasta/pasta fredda	
pasta	glutine
mozzarella	latte e derivati
pomodoro fresco	
olive nere	
Malloreddus al sugo	
malloreddus	glutine
pomodori pelati	
olio extravergine di oliva	
cipolla, sedano, carote, basilico	sedano
Gnocchetti al sugo/pomodoro	
gnocchetti	glutine
pomodori pelati	
olio extravergine di oliva	
cipolla, sedano, carote, basilico	sedano
parmigiano grattugiato	latte e derivati
Fregola al sugo	
fregola	glutine
pomodori pelati	
olio extravergine di oliva	
cipolla, sedano, carote, basilico	sedano
Fregola al pesto di verdure	
fregola	glutine
olio extravergine di oliva	
zucchine o melanzane	
prezzemolo	
parmigiano grattugiato	latte e derivati
Gnocchi di patate al sugo	
gnocchi di patate	glutine da frumento
pomodori	
parmigiano grattugiato	latte e derivati
olio extravergine di oliva	
cipolla, sedano, carote, basilico	sedano
Fregola al pesto	
fregola	glutine da frumento
olio extravergine di oliva	
basilico fresco	
parmigiano grattugiato	latte e derivati
Pasta alla crema di zucchine	
pasta	glutine da frumento
olio extravergine di oliva	
zucchine frullate	
prezzemolo	
parmigiano grattugiato	latte e derivati
Risotto al sugo	
riso	
brodo vegetale	

*Tabella n.29 del 07 SET. 2018 PGI/2008/280545*



pomodori pelati	
olio extravergine di oliva	
cipolla, sedano, carote, basilico	sedano
<b>Risotto alla milanese</b>	
riso	
brodo vegetale	
olio extravergine di oliva	
burro	latte e derivati
cipolla e zafferano	
<b>Risotto alle carote</b>	
riso	
brodo vegetale	
carote	
olio extravergine di oliva	
<b>Riso all'olio evo</b>	
riso	
olio extravergine di oliva	
<b>Risotto alle zucchine</b>	
Riso	
brodo vegetale	
olio extravergine di oliva	
zucchine	
<b>Risotto alle erbe</b>	
riso	
brodo vegetale	
olio extravergine di oliva	
erbe	
<b>Risotto arlecchino</b>	
riso	
brodo vegetale	
olio extravergine di oliva	
patate	
carote	
zucchine	
<b>Insalata di riso</b>	
riso parboiled	
mozzarella	latte e derivati
pomodoro fresco	
olive nere	
olio extravergine di oliva	
<b>PRIMI PIATTI IN BRODO</b>	
<b>Minestrone di lenticchie</b>	

*Tabella n.19 del 07 SET. 2018 76/2018/286545*



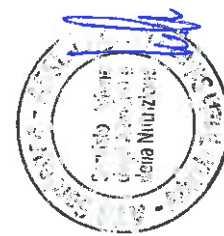
pasta	glutine
lenticchie	
carote,zucchine,patate, pomodori,bieta	
cipolla, sedano	sedano
<b>Minestrone di legumi</b>	
pasta	glutine
legumi misti	
carote,zucchine,patate, pomodori,bieta	
cipolla, sedano	sedano
<b>Minestra di patate</b>	
pastina	glutine da frumento
carote,cipolle,sedano	sedano
patate	
olio extravergine di oliva	
<b>Minestrone di verdure</b>	
patate	
ortaggi vari	
<b>Passato di verdure</b>	
pasta o riso	glutine
verdure miste	
olio extravergine di oliva	
<b>Pasta/Pastina in brodo di vitello/one</b>	
pasta/pastina	glutine
vitello/one per brodo	
carote,cipolle,sedano	sedano
olio extravergine di oliva	
<b>Pasta/Pastina in brodo vegetale/Minestrina primavera</b>	
pastina	glutine
verdure miste per brodo vegetale	
olio extravergine di oliva	
<b>Minestra al finocchio selvatico</b>	
pastina	glutine
carote,cipolle,sedano	sedano
olio extravergine di oliva	
<b>PIZZE</b>	
<b>Pizza margherita</b>	
pasta per pizza	glutine
mozzarella	latte e derivati
pomodori pelati	
olio extravergine di oliva	
origano	

*79/2018/280545*

07 SET. 2018

*Tabella n. 29 del*





Pg/2018/286545  
 07 SET. 2018  
 Tabella n. 29 del

SECONDI PIATTI NO UOVO	ELENCO ALLERGENI
<b>SECONDI DI CARNE</b>	
<b>Arista di maiale</b>	
arista di maiale	
olio extravergine di oliva	
cipolla, sedano, carote	sedano
<b>Scaloppina di maiale al limone</b>	
maiale	
olio extravergine di oliva	
succo di limone	
<b>Fettina di pollo/tacchino ai ferri</b>	
petto di pollo/tacchino	
olio extravergine di oliva	
<b>Scaloppina di pollo/tacchino al limone</b>	
petto o fesa pollo/tacchino	
olio extravergine di oliva	
succo di limone	
farina	glutine da frumento
<b>Pollo/tacchino alla pizzaiola</b>	
petto o fesa pollo/tacchino	
olio extravergine di oliva	
pomodori pelati	
capperi, origano	
<b>Pollo/tacchino pomodori e origano</b>	
petto o fesa pollo/tacchino	
pomodoro fresco/pelati	
origano	
olio extravergine di oliva	
<b>Cotoletta pollo/tacchino al forno</b>	
petto o fesa pollo/tacchino	
pane grattugiato	glutine da frumento
olio extravergine di oliva	
<b>Cosce di pollo al forno</b>	
cosce di pollo	
olio extravergine di oliva	
aromi( aglio/cipolla/prezzemolo)	
<b>Bocconcini di pollo/tacchino con patate</b>	
petto di pollo/tacchino	
olio extravergine di oliva	
pomodori pelati	
zucchine/carote/sedano	sedano
patate	
<b>Bocconcini di pollo/tacchino al pangrattato</b>	
petto di pollo/tacchino	
olio extravergine di oliva	
pane grattugiato	glutine da frumento
<b>Bocconcini di vitello/one con carote</b>	
vitello/one	

olio extravergine di oliva	
carote	
<b>Hamburger di vitello/one/suino al forno</b>	
macinato di vitello/one/suino	
pane grattugiato	glutine da frumento
olio extravergine di oliva	
prezzemolo,cipolla	
<b>Hamburger di vitello/one/suino in verde</b>	
macinato di vitello/one/suino	
pane grattugiato	glutine da frumento
olio extravergine di oliva	
carote/sedano/prezzemolo	sedano
<b>Arrosto di maiale agli aromi</b>	
maiale	
olio extravergine di oliva	
verdure miste per brodo vegetale	sedano
aromi, spezie	
<b>Hamburger di pollo/tacchino al forno</b>	
macinato di pollo/tacchino	
pane grattugiato	glutine da frumento
olio extravergine di oliva	
prezzemolo,cipolla	
<b>Polpette al forno</b>	
macinato di vitello/one/suino	
pane grattugiato	glutine da frumento
olio extravergine di oliva	
prezzemolo,cipolla	
<b>Polpette in verde</b>	
macinato di vitello/one/suino	
pane grattugiato	glutine da frumento
olio extravergine di oliva	
carote/sedano/prezzemolo	sedano
<b>Polpette al sugo</b>	
macinato di vitello/one/suino	
pane grattugiato	glutine da frumento
pomodori pelati	
<b>Lesso di vitello/one con olio</b>	
vitello/one	
olio extravergine di oliva	
<b>Lesso di vitello/one in verde</b>	
vitello/one	
olio extravergine di oliva	
carote/sedano/prezzemolo	sedano
<b>Fettina di vitello/one ai ferri</b>	
vitello/one	
olio extravergine di oliva	
<b>Spezzatino di vitello/one con carote</b>	
vitello/one	
olio extravergine di oliva	
carote	

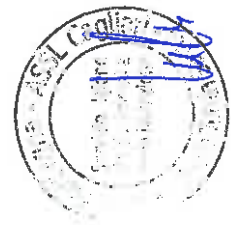


*Tabella n. 29 del 24/2018/286595*  
07 SET. 2018



Tabella n. 29 del PG/2018/86545  
 07 SET. 2018

Spezzatino di vitello/one con patate	
vitello/one	
olio extravergine di oliva	
patate	
Roast beef di vitello/one al forno	
vitello/one	
olio extravergine di oliva	
cipolla, sedano, carote	sedano
Vitello/one in umido con carote	
vitello/one	
olio extravergine di oliva	
carote	
Prosciutto cotto	
Prosciutto crudo	
Coppa di Parma	
<b>FORMAGGI</b>	
Formaggio pecorino	
	latte e derivati
Mozzarella	
	latte e derivati
Provoletta di latte vaccino	
	latte e derivati
Formaggio Dolce Sardo	
	latte e derivati
Ricotta ovina con miele	
ricotta vaccina	latte e derivati
miele	
Ricotta ovina con miele	
ricotta ovina	latte e derivati
miele	
Casu axedu con miele	
casu axedu	latte e derivati
miele	
Formaggio fresco	
	latte e derivati
Tortino di verdure	
zucchine, carote, spinaci, bietole	
pane grattugiato	glutine da frumento
cipolla	
olio extravergine d'oliva	
formaggio grattugiato:	latte e derivati
parmigiano reggiano	latte e derivati
pecorino sardo DOP	latte e derivati
sardo Gran Campidano	latte e derivati



Sformato di verdure e mozzarella	
pane grattugiato	glutine da frumento
cipolla	
verdure miste	
olio extravergine d'oliva	
mozzarella	latte e derivati
Bastoncini di verdure al forno	
zucchine/carote/sedano	sedano
pane grattugiato	glutine da frumento
olio extravergine di oliva	
patate	
<b>SECONDI DI PESCE</b>	
Bastoncini di merluzzo	
filetto di merluzzo panato	pesce,glutine da frumento
olio extravergine di oliva	
limone	
Filetto di merluzzo panato	
filetto di merluzzo	pesce
pane grattugiato	glutine da frumento
limone	
Platessa olio e limone	
filetto di platessa	pesce
limone	
olio extravergine di oliva	
Platessa panata	
filetto di platessa	pesce
pane grattugiato	glutine da frumento
limone	
Platessa alla parmigiana	
filetto di platessa	pesce
burro	latte e derivati
parmigiano	latte e derivati
Filetto di platessa gratinata al forno	
filetto di platessa	pesce
pane grattugiato	glutine da frumento
olio extravergine di oliva	
aromi, spezie	
<b>LEGUMI</b>	
Hamburger/polpette di legumi al sugo o forno	
legumi	
pane grattugiato	glutine da frumento
patate, ortaggi misti	
pomodori pelati	
olio extravergine di oliva	
prezzemolo,cipolla	
Lenticchie in umido	
lenticchie	
pomodori pelati	
olio extravergine di oliva	
prezzemolo,cipolla, carota	

*Tabella n. 29 del P.G. 2018/286545  
07 SET. 2018*



CONTORNI NO UOVO	ELENCO ALLERGENI
<b>CONTORNI FRESCHI</b>	
Irsalata verde	
iceberg	
olio extravergine di oliva	
Finocchi	
finocchi	
olio extravergine di oliva	
Carote Julienne	
carote tagliate a julienne	
olio extravergine di oliva	
Pomodori	
pomodori	
olio extravergine di oliva	
cetrioli	
cetrioli	
olio extravergine di oliva	
Insalata tricolore	
iceberg, carote, pomodori	
olio extravergine di oliva	
Verdure miste	
verdure miste crude ad insalata	
olio extravergine di oliva	
<b>CONTORNI CALDI</b>	
Spinaci al vapore	
spinaci	
olio extravergine di oliva	
Carote al vapore	
carote	
olio extravergine di oliva	
Fagiolini al vapore	
fagiolini	
olio extravergine di oliva	
Bietole al vapore	
bietole	
olio extravergine di oliva	
Fagiolini saltati	
fagiolini	
olio extravergine di oliva	
cipolla o aglio	
Patate al vapore	
patate	
olio extravergine di oliva	
Bietole saltate	
bietole	
olio extravergine di oliva	
cipolla o aglio	
Patate al forno	



*Pal/2018/286545*  
07 SET. 2018

*Tabella n. 19 del*



patate	
olio extravergine di oliva	
aromi	
<b>Patate in umido</b>	
patate	
olio extravergine di oliva	
pomodori pelati	
<b>Patate in verde</b>	
patate	
olio extravergine di oliva	
prezzemolo	
<b>Purè di patate</b>	
patate	
burro	latte e derivati
latte	latte e derivati
parmigiano	latte e derivati
<b>Carote e cavolfiore al vapore</b>	
carote, cavolfiore	
olio extravergine di oliva	
<b>Finocchi al forno</b>	
finocchi	
olio extravergine di oliva	



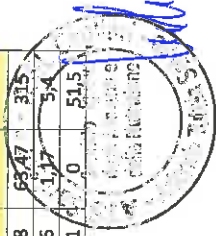
*Tabella n. 29 del P.G. 2018/286595*  
**07 SET. 2018**

<b>PANE E FRUTTA NO UOVO</b>	<b>ELENCO ALLERGENI</b>
<b>PANE COMUNE</b>	
<b>PANE COMUNE</b>	
pane	glutine da frumento
<b>FRUTTA FRESCA MENU' AUTUNNO INVERNO</b>	
<b>ARANCE</b>	
arance	
<b>BANANE</b>	
banane	
<b>CAKI</b>	
caki	
<b>CLEMENTINE</b>	
clementine	
<b>KIWI</b>	
kiwi	
<b>MANDARINI</b>	
mandarini	
<b>MELONE INVERNALE</b>	
melone invernale	
<b>PERA</b>	
pera	
<b>UVA</b>	
uva	
<b>FRUTTA FRESCA MENU' PRIMAVERA ESTATE</b>	
<b>ALBICOCCHE</b>	
albicocche	
<b>MELA</b>	
mela	
<b>PESCA</b>	
pesca	
<b>SUSINE</b>	
susine	
<b>MELONE ESTIVO</b>	
melone estivo	
<b>ANGURIA</b>	
anguria	



*Tabbella*  
*Pa. 2018/286545*  
 07 SET. 2018

	Infanzia		primaria		primaria		Medie		3-5 anni			6-8 anni			8-10 anni			medie /adulti			
	3-5 anni	6-8 anni	8-10 anni	10-12 anni	g.prot.	g.lip.	g.carb.	kcal	g.prot.	g.lip.	g.carb.	kcal	g.prot.	g.lip.	g.carb.	kcal	g.prot.	g.lip.	g.carb.	kcal	
<b>PRIMI PIATTI MENU NO UOVO</b>																					
<b>PRIMI PIATTI ASCIUTTI</b>																					
Pasta al sugo																					
pasta	50-60	60-70	70-80	80-90	7,17	0,83	41,07	204	8,48	0,98	48,54	241	9,78	1,13	56	278	11,08	1,28	63,47	315	
pomodori pelati	50	60	70	80	0,39	0,07	2	8,5	0,47	0,08	2,4	10,2	0,55	0,09	2,8	11,9	0,62	0,1	3,2	13,6	
olio extravergine di oliva	7	8	10	12	/	7	/	63	/	8	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108	
cipolla, sedano, carote, basilico	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																	
parmigiano grattugiato	7	10	15	20	2,5	1,8	0,14	24	3,6	2,5	0,2	37	5,4	3,8	0,3	56	7,2	5	0,4	75	
Pasta al pomodoro e basilico																					
pasta	50-60	60-70	70-80	80-90	7,17	0,83	41,07	204	8,48	0,98	48,54	241	9,78	1,13	56	278	11,08	1,28	63,47	315	
pomodori pelati	50	60	70	80	0,39	0,07	2	8,5	0,47	0,08	2,4	10,2	0,55	0,09	2,8	11,9	0,62	0,1	3,2	13,6	
zucchine/carote/sedano	30	40	50	60	0,4	0,006	0,42	3,3	0,5	0,008	0,56	4,4	0,65	0,01	0,7	5,5	0,78	0,012	0,84	6,6	
olio extravergine di oliva	7	8	10	12	/	7	/	63	/	8	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108	
cipolla, basilico	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																	
parmigiano grattugiato	7	10	15	20	2,5	1,8	0,14	24	3,6	2,5	0,2	37	5,4	3,8	0,3	56	7,2	5	0,4	75	
Pasta all'olio evo																					
pasta	50-60	60-70	70-80	80-90	7,17	0,83	41,07	204	8,48	0,98	48,54	241	9,78	1,13	56	278	11,08	1,28	63,47	315	
olio extravergine d'oliva	7	8	10	12	/	7	/	63	/	8	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108	
parmigiano grattugiato	7	10	15	20	2,5	1,8	0,14	24	3,6	2,5	0,2	37	5,4	3,8	0,3	56	7,2	5	0,4	75	
Pasta al burro/alla parmigiana																					
pasta	50-60	60-70	70-80	80-90	7,17	0,83	41,07	204	8,48	0,98	48,54	241	9,78	1,13	56	278	11,08	1,28	63,47	315	
burro	10	12	15	20	0,09	8,11	0,01	72	0,1	9,73	0,01	86	0,13	12,17	0,01	108	0,17	16,22	0,01	143	
parmigiano grattugiato	7	10	15	20	2,5	1,8	0,14	24	3,6	2,5	0,2	37	5,4	3,8	0,3	56	7,2	5	0,4	75	
Pasta al sugo e ricotta																					
pasta	50-60	60-70	70-80	80-90	7,17	0,83	41,07	204	8,48	0,98	48,54	241	9,78	1,13	56	278	11,08	1,28	63,47	315	
pomodori pelati	50	60	70	80	0,39	0,07	2	8,5	0,47	0,08	2,4	10,2	0,55	0,09	2,8	11,9	0,62	0,1	3,2	13,6	
ricotta	7	8	10	12	0,85	0,56	0,28	9,5	0,98	0,64	0,32	10,9	1,22	0,8	0,4	13,6	1,46	0,96	0,96	16,32	
olio extravergine di oliva	7	8	10	12	/	7	/	63	/	8	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108	
cipolla, sedano, carote, basilico	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																	
Pasta alla carrifera																					
pasta	50-60	60-70	70-80	80-90	7,17	0,83	41,07	204	8,48	0,98	48,54	241	9,78	1,13	56	278	11,08	1,28	63,47	315	
pomodori freschi	20	25	30	30	0,18	0,04	0,78	3,6	0,22	0,05	0,97	4,5	0,26	0,06	1,17	5,4	0,26	0,06	1,17	5,4	
olio extravergine di oliva	7	8	10	12	/	7	/	63	/	8	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108	
parmigiano grattugiato	7	10	15	20	2,69	2	0,28	30	3,86	2,86	0,41	43	5,77	4,29	0,61	65	7,69	5,72	0,81	86,2	
basilico	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																	
pasta alla mediterranea																					
pasta	50-60	60-70	70-80	80-90	7,17	0,83	41,07	204	8,48	0,98	48,54	241	9,78	1,13	56	278	11,08	1,28	63,47	315	
pomodori freschi	20	25	30	30	0,18	0,04	0,78	3,6	0,22	0,05	0,97	4,5	0,26	0,06	1,17	5,4	0,26	0,06	1,17	5,4	
tonno al naturale	20	30	40	50	4,4	0,2	0	20,6	6,6	0,3	0	30,9	8,8	0,4	0	41,2	11	0,51	7,0	51,5	



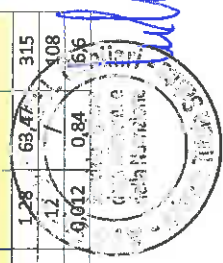
*Tabella n.19 del*

**07 SET. 2018**

*Pa/2018/286545*



olio extravergine di oliva	7	8	10	12	12	/	7	/	63	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108		
Pasta al tonno																					
pasta	50-60	60-70	70-80	80-90	80-90	7,17	0,83	41,07	204	8,48	0,98	48,54	241	9,78	1,13	56	278	11,08	1,28	63,47	315
olio extravergine di oliva	7	8	10	12	12	/	7	/	63	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108		
tonno al naturale	20	30	40	50	50	4,4	0,2	0	20,6	6,6	0,3	0	30,9	8,8	0,4	0	41,2	11	0,51	0	51,5
Pasta al pesto																					
pasta	50-60	60-70	70-80	80-90	80-90	7,17	0,83	41,07	204	8,48	0,98	48,54	241	9,78	1,13	56	278	11,08	1,28	63,47	315
olio extravergine di oliva	7	8	10	12	12	/	7	/	63	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108		
basilico	14	16	20	24	24	0,7	4,3	0,7	43	0,8	5	0,8	49	1	6,2	1	61	1,2	7,44	1,2	73
parmigiano grattugiato	7	10	15	20	20	2,69	2	0,28	30	3,86	2,86	0,41	43	5,77	4,29	0,61	65	7,69	5,72	0,81	86,2
Pasta alle zucchini/ai pesto di zucchine																					
pasta	50-60	60-70	70-80	80-90	80-90	7,17	0,83	41,07	204	8,48	0,98	48,54	241	9,78	1,13	56	278	11,08	1,28	63,47	315
olio extravergine di oliva	7	8	10	12	12	/	7	/	63	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108		
zucchine	30	40	50	60	60	0,4	0,006	0,42	3,3	0,5	0,008	0,56	4,4	0,65	0,01	0,7	5,5	0,78	0,012	0,84	6,6
prezemmolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																
parmigiano grattugiato	7	10	15	20	20	2,69	2	0,28	30	3,86	2,86	0,41	43	5,77	4,29	0,61	65	7,69	5,72	0,81	86,2
Gnocchi di patate al sugo																					
pasta	50-60	60-70	70-80	80-90	80-90	7,17	0,83	41,07	204	8,48	0,98	48,54	241	9,78	1,13	56	278	11,08	1,28	63,47	315
olio extravergine di oliva	7	8	10	12	12	/	7	/	63	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108		
zucchine	30	40	50	60	60	0,4	0,006	0,42	3,3	0,5	0,008	0,56	4,4	0,65	0,01	0,7	5,5	0,78	0,012	0,84	6,6
prezemmolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																
parmigiano grattugiato	7	10	15	20	20	2,69	2	0,28	30	3,86	2,86	0,41	43	5,77	4,29	0,61	65	7,69	5,72	0,81	86,2
Gnocchi di patate al sugo																					
gnocchi di patate	90	100	110	180	180	4,68	/	35,64	170,1	5,2	/	39,6	189	5,72	/	43,56	207,9	9,36	/	71,28	340,2
pomodori	50	60	70	80	80	0,39	0,07	2	8,5	0,47	0,08	2,4	10,2	0,55	0,09	2,8	11,9	0,62	0,1	3,2	13,6
parmigiano grattugiato	7	10	15	20	20	2,5	1,8	0,14	24	3,6	2,5	0,2	37	5,4	3,8	0,3	56	7,2	5	0,4	75
olio extravergine di oliva	5	6	7	8	8	/	5	/	45	/	6	/	54	/	7	/	63	/	8	/	72
cipolla, sedano, carote, basilico	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																
Fregola al pesto																					
fregola	50-60	60-70	70-80	80-90	80-90	5,6	0,7	40,4	195	7,8	0,8	47,7	230	9	1	55	265	10,2	1,1	62,5	310
olio extravergine di oliva	7	8	10	12	12	/	7	/	63	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108		
basilico	14	16	20	24	24	0,7	4,3	0,7	43	0,8	5	0,8	49	1	6,2	1	61	1,2	7,44	1,2	73
parmigiano grattugiato	7	10	15	20	20	2,69	2	0,28	30	3,86	2,86	0,41	43	5,77	4,29	0,61	65	7,69	5,72	0,81	86,2
Maialoreddu al sugo																					
maialoreddu	50-60	60-70	70-80	80-90	80-90	7,17	0,83	41,07	204	8,48	0,98	48,54	241	9,78	1,13	56	278	11,08	1,28	63,47	315
pomodori pelati	50	60	70	80	80	0,39	0,07	2	8,5	0,47	0,08	2,4	10,2	0,55	0,09	2,8	11,9	0,62	0,1	3,2	13,6
olio extravergine di oliva	7	8	10	12	12	/	7	/	63	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108		
cipolla, sedano, carote, basilico	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																
parmigiano grattugiato	7	10	15	20	20	2,69	2	0,28	30	3,86	2,86	0,41	43	5,77	4,29	0,61	65	7,69	5,72	0,81	86,2
Gnocchetti al sugo/pomodoro																					
gnocchetti	50-60	60-70	70-80	80-90	80-90	6,6	0,7	40,4	195	7,8	0,8	47,7	230	9	1	55	265	10,2	1,1	62,5	310
pomodori pelati	50	60	70	80	80	0,39	0,07	2	8,5	0,47	0,08	2,4	10,2	0,55	0,09	2,8	11,9	0,62	0,1	3,2	13,6
olio extravergine di oliva	7	8	10	12	12	/	7	/	63	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108		
cipolla, sedano, carote, basilico	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																
parmigiano grattugiato	7	10	15	20	20	2,69	2	0,28	30	3,86	2,86	0,41	43	5,77	4,29	0,61	65	7,69	5,72	0,81	86,2
Fregola al sugo																					
fregola	50-60	60-70	70-80	80-90	80-90	6,6	0,7	40,4	195	7,8	0,8	47,7	230	9	1	55	265	10,2	1,1	62,5	310
pomodori pelati	50	60	70	80	80	0,39	0,07	2	8,5	0,47	0,08	2,4	10,2	0,55	0,09	2,8	11,9	0,62	0,1	3,2	13,6
olio extravergine di oliva	7	8	10	12	12	/	7	/	63	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108		
cipolla, sedano, carote, basilico	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																
parmigiano grattugiato	7	10	15	20	20	2,69	2	0,28	30	3,86	2,86	0,41	43	5,77	4,29	0,61	65	7,69	5,72	0,81	86,2
Pasta alla crema di zucchini																					
fregola	50-60	60-70	70-80	80-90	80-90	6,6	0,7	40,4	195	7,8	0,8	47,7	230	9	1	55	265	10,2	1,1	62,5	310
pomodori pelati	50	60	70	80	80	0,39	0,07	2	8,5	0,47	0,08	2,4	10,2	0,55	0,09	2,8	11,9	0,62	0,1	3,2	13,6
olio extravergine di oliva	7	8	10	12	12	/	7	/	63	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108		
cipolla, sedano, carote, basilico	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																
parmigiano grattugiato	7	10	15	20	20	2,69	2	0,28	30	3,86	2,86	0,41	43	5,77	4,29	0,61	65	7,69	5,72	0,81	86,2
Pasta alla crema di zucchini																					
pasta	50-60	60-70	70-80	80-90	80-90	7,17	0,83	41,07	204	8,48	0,98	48,54	241	9,78	1,13	56	278	11,08	1,28	63,47	315
olio extravergine di oliva	7	8	10	12	12	/	7	/	63	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108		
zucchine frullate	30	40	50	60	60	0,4	0,006	0,42	3,3	0,5	0,008	0,56	4,4	0,65	0,01	0,7	5,5	0,78	0,012	0,84	6,6



7/9/2018/286545

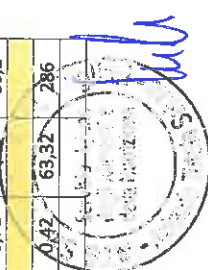
07 SET. 2018

Tabella n. 29 del

prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	2,69	2	0,28	30	3,86	2,86	0,41	43	5,77	4,29	0,61	65	7,69	5,72	0,81	86,2
parmigiano grattugiato	7	10	15	q.b.	q.b.																
Fregola al pesto di verdure	50-60	60-70	70-80	80-90	80-90	6,6	0,7	40,4	195	7,8	0,8	47,7	230	9	1	55	265	10,2	1,1	62,5	310
fregola	7	8	10	12	q.b.	/	7	/	63	/	8	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108
olio extravergine di oliva	30	40	50	60	q.b.	0,4	0,006	0,42	3,3	0,5	0,008	0,56	4,4	0,65	0,01	0,7	5,5	0,78	0,012	0,84	6,6
zucchine o melanzane	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																
prezzemolo	7	10	15	20	q.b.	2,69	2	0,28	30	3,86	2,86	0,41	43	5,77	4,29	0,61	65	7,69	5,72	0,81	86,2
parmigiano grattugiato	7	10	15	20	q.b.																
<b>RISO/RISOTTI</b>																					
Risotto al sugo																					
riso	50-60	60-70	70-80	80-90	80-90	3,58	0,29	43,53	170	4,23	0,34	51,45	233	4,88	0,39	59,36	268	5,53	0,44	67,28	304
brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																
pomodori pelati	50	60	70	80	q.b.	0,39	0,07	2	8,5	0,47	0,08	2,4	10,2	0,55	0,09	2,8	11,9	0,62	0,1	3,2	13,6
olio extravergine di oliva	7	8	10	12	q.b.	/	7	/	63	/	8	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108
cipolla, sedano, carote, basilico	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																
parmigiano grattugiato	7	10	15	20	q.b.	2,69	2	0,28	30	3,86	2,86	0,41	43	5,77	4,29	0,61	65	7,69	5,72	0,81	86,2
risotto alla milanese																					
riso	50-60	60-70	70-80	80-90	80-90	3,58	0,29	43,53	170	4,23	0,34	51,45	233	4,88	0,39	59,36	268	5,53	0,44	67,28	304
brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																
olio extravergine di oliva	7	8	10	12	q.b.	/	7	/	63	/	8	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108
burro	10	12	15	20	q.b.	0,09	8,11	0,01	72	0,1	9,73	0,01	86	0,13	12,17	0,01	108	0,17	16,22	0,01	143
cipolla e zafferano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																
parmigiano grattugiato	7	10	15	20	q.b.	2,69	2	0,28	30	3,86	2,86	0,41	43	5,77	4,29	0,61	65	7,69	5,72	0,81	86,2
Risotto alle carote																					
riso	50-60	60-70	70-80	80-90	80-90	3,58	0,29	43,53	170	4,23	0,34	51,45	233	4,88	0,39	59,36	268	5,53	0,44	67,28	304
brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																
carote	40	45	50	50	q.b.	0,37	0,1	3,83	16,4	0,42	0,11	4,31	18,45	0,47	0,12	4,79	20,5	0,47	0,12	4,79	20,5
olio extravergine di oliva	7	8	10	12	q.b.	/	7	/	63	/	8	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108
parmigiano grattugiato	7	10	15	20	q.b.	2,69	2	0,28	30	3,86	2,86	0,41	43	5,77	4,29	0,61	65	7,69	5,72	0,81	86,2
Risotto all'olio evo																					
riso	50-60	60-70	70-80	80-90	80-90	3,58	0,29	43,53	170	4,23	0,34	51,45	233	4,88	0,39	59,36	268	5,53	0,44	67,28	304
olio extravergine di oliva	7	8	10	12	q.b.	/	7	/	63	/	8	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108
parmigiano grattugiato	7	10	15	20	q.b.	2,69	2	0,28	30	3,86	2,86	0,41	43	5,77	4,29	0,61	65	7,69	5,72	0,81	86,2
Risotto alle zucchine																					
riso	50-60	60-70	70-80	80-90	80-90	3,58	0,29	43,53	170	4,23	0,34	51,45	233	4,88	0,39	59,36	268	5,53	0,44	67,28	304
brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																
olio extravergine di oliva	7	8	10	12	q.b.	/	7	/	63	/	8	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108
zucchine	30	40	50	60	q.b.	0,4	0,006	0,42	3,3	0,5	0,008	0,56	4,4	0,65	0,01	0,7	5,5	0,78	0,012	0,84	6,6
parmigiano grattugiato	7	10	15	20	q.b.	2,69	2	0,28	30	3,86	2,86	0,41	43	5,77	4,29	0,61	65	7,69	5,72	0,81	86,2
Risotto alle erbette																					
riso	50-60	60-70	70-80	80-90	80-90	3,58	0,29	43,53	170	4,23	0,34	51,45	233	4,88	0,39	59,36	268	5,53	0,44	67,28	304
brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																
olio extravergine di oliva	7	8	10	12	q.b.	/	7	/	63	/	8	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108
erbette	30	40	50	60	q.b.	0,54	0,06	1,12	5,7	0,72	0,08	1,5	7,6	0,9	0,1	1,87	9,5	1,08	0,12	2,24	11,4
parmigiano grattugiato	7	10	15	20	q.b.	2,69	2	0,28	30	3,86	2,86	0,41	43	5,77	4,29	0,61	65	7,69	5,72	0,81	86,2
Risotto all'arlecchino																					
riso	50	60	70	80	q.b.	3,25	0,26	39,58	179	3,9	0,31	47,49	214	4,55	0,36	55,41	250	5,2	0,42	63,32	286
brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																

Pa/2018/286545

Tabella n. 9 del 07 SET. 2018





	7	8	10	12	/	7	/	63	/	8	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108
olio extravergine di oliva	7	8	10	12	/	7	/	63	/	8	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108
patate	15	20	25	30	0,3	0,01	2,62	11,55	0,4	0,02	3,49	15,4	0,51	0,02	4,37	19,25	0,61	0,03	5,24	23
carote	10	15	20	20	0,09	0,02	0,96	4,1	0,14	0,04	1,44	6,15	0,19	0,05	1,92	8,2	0,19	0,05	1,92	8,2
zucchine	20	25	30	30	0,54	0,08	0,62	4,2	0,68	6,1	0,78	5,25	0,81	0,12	0,93	6,3	0,81	0,12	0,93	6,3
parmigiano grattugiato	7	10	15	20	2,69	2	0,28	30	3,86	2,86	0,41	43	5,77	4,29	0,61	65	7,69	5,72	0,81	86,2
insalata di riso																				
riso parboiled	50	60	70	80	3,25	0,26	39,58	179	3,9	0,31	47,49	214	4,55	0,36	55,41	250	5,2	0,42	63,32	286
mozzarella	15	20	30	35	3,64	2,39	0,42	38	4,85	3,18	0,55	51	7,28	4,78	0,83	76	8,49	5,57	0,97	89
pomodoro fresco	40	50	60	80	0,48	0,08	2,04	9,2	0,6	0,1	2,55	11,6	0,72	0,12	3,06	14	0,96	0,16	4,08	18,4
olive nere	10	10	15	15	0,16	2,51	0,08	24	0,16	2,51	0,08	24	0,24	3,77	0,12	35	0,24	3,77	0,12	35
olio extravergine di oliva	7	8	10	12	/	7	/	63	/	8	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108
<b>PRIMI PIATTI IN BRODO</b>																				
Minestrone di lenticchie																				
pasta	20-25	25-30	30-35	35-40	2,61	0,3	14,93	74,2	3,26	0,38	18,67	92,75	3,91	0,45	22,4	111,3	4,56	0,53	26,13	129,85
lenticchie	20-25	25-30	30-35	35-40	2,7	0,45	5,8	37	3,4	0,56	7,25	46	4,07	0,67	8,7	55	5,4	0,9	11,6	74
carote,zucchine,patate,pomodori,biet	150	185	235	270	3,7	0,75	15,7	78	4,55	0,9	19,35	96	5,8	1,2	24,6	122	6,6	1,35	28,2	140
olio extravergine di oliva	7	8	10	12	/	7	/	63	/	8	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108
cipolla, sedano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																
parmigiano grattugiato	7	10	15	20	2,69	2	0,28	30	3,86	2,86	0,41	43	5,77	4,29	0,61	65	7,69	5,72	0,81	86,2
Minestrone di legumi																				
pasta	20-25	25-30	30-35	35-40	2,61	0,3	14,93	74,2	3,26	0,38	18,67	92,75	3,91	0,45	22,4	111,3	4,56	0,53	26,13	129,85
legumi misti	20-25	25-30	30-35	35-40	2,7	0,45	5,8	37	3,4	0,56	7,25	46	4,07	0,67	8,7	55	5,4	0,9	11,6	74
carote,zucchine,patate,pomodori,biet	150	185	235	270	3,7	0,75	15,7	78	4,55	0,9	19,35	96	5,8	1,2	24,6	122	6,6	1,35	28,2	140
olio extravergine di oliva	7	8	10	12	/	7	/	63	/	8	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108
cipolla, sedano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																
parmigiano grattugiato	7	10	15	20	2,69	2	0,28	30	3,86	2,86	0,41	43	5,77	4,29	0,61	65	7,69	5,72	0,81	86,2
Minestrone di patate																				
pastina	20-25	25-30	30-35	35-40	2,61	0,3	14,93	74,2	3,26	0,38	18,67	92,75	3,91	0,45	22,4	111,3	4,56	0,53	26,13	129,85
carote,cipolle,sedano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																
patate	70	80	100	100	1,41	0,06	12,23	54	1,62	0,07	13,98	62	2,02	0,09	17,47	77	2,02	0,09	17,47	77
olio extravergine di oliva	7	8	10	12	/	7	/	63	/	8	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108
<b>formaggio grattugiato:</b>																				
parmigiano reggiano	7	10	15	20	2,5	1,8	0,14	24	3,6	2,5	0,2	37	5,4	3,8	0,3	56	7,2	5	0,4	75
pecorino sardo DOP	7	10	15	20	2,22	1,88	0,25	27	3,18	2,69	0,36	38,75	4,77	4,04	0,5	58,125	6,36	5,38	0,72	77,5
sardo Gran Campidano	7	10	15	20	2,1	2,24	0,063	28,56	3	3,2	0,09	40,8	4,5	4,8	0,13	61,2	6	6,4	0,18	81,6
Minestrone di verdure																				
patate	70	80	100	100	1,41	0,06	12,23	54	1,62	0,07	13,98	62	2,02	0,09	17,47	77	2,02	0,09	17,47	77
olio extravergine di oliva	7	8	10	12	/	7	/	63	/	8	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108
ortaggi vari	150	185	235	270	3,7	0,75	15,7	78	4,55	0,9	19,35	96	5,8	1,2	24,6	122	6,6	1,35	28,2	140
parmigiano grattugiato	7	10	15	20	2,69	2	0,28	30	3,86	2,86	0,41	43	5,77	4,29	0,61	65	7,69	5,72	0,81	86,2
Passato di verdure																				
pasta o riso	20-25	25-30	30-35	35-40	2,61	0,3	14,93	74,2	3,26	0,38	18,67	92,75	3,91	0,45	22,4	111,3	4,56	0,53	26,13	129,85
verdure miste	150	185	235	270	3,7	0,75	15,7	78	4,55	0,9	19,35	96	5,8	1,2	24,6	122	6,6	1,35	28,2	140
olio extravergine di oliva	7	8	10	12	/	7	/	63	/	8	/	72	/	10	/	90	/	12	/	108
parmigiano grattugiato	7	10	15	20	2,69	2	0,28	30	3,86	2,86	0,41	43	5,77	4,29	0,61	65	7,69	5,72	0,81	86,2
Pasta/pastina in brodo di vitello/one																				
pasta/pastina	20-25	25-30	30-35	35-40	2,61	0,3	14,93	74,2	3,26	0,38	18,67	92,75	3,91	0,45	22,4	111,3	4,56	0,53	26,13	129,85
vitello/one per brodo	7	10	15	20	1,5	0,12	/	7,21	2,18	0,18	/	10,3	3,27	0,27	/	15,45	4,36	0,36	/	20,6

Tabella n.19 del

07 SET. 2018

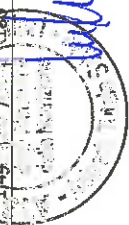
24/2018/286545





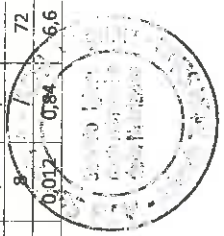
SECONDI PIATTI MENU NO UOVO	infanzia		primaria		primaria		Medie 10-12 anni		3-5 anni				6-8 anni				8-10 anni				medie/adulti				
	3-5 anni	6-8 anni	8-10 anni	primaria	Medie 10-12 anni	g.prot	g.lip.	g.carb	kcal	g.prot	g.lip.	g.carb	kcal	g.prot	g.lip.	g.carb	kcal	g.prot	g.lip.	g.carb	kcal	g.prot	g.lip.	g.carb	kcal
<b>SECONDI DI CARNE</b>																									
Arista di maiale																									
arista di maiale	80	100	120	180	180	15,65	9,82	/	155	19,56	12,27	/	194	23,47	14,72	/	233	35,21	22,09	/	349				
olio extravergine di oliva	5	6	7	8	8	/	/	/	45	/	6	/	54	/	7	/	63	/	8	/	72				
cipolla, sedano, carote	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																				
Arrosti di maiale al pomodoro fresco																									
maiale	80	100	120	180	180	15,65	9,82	/	155	19,56	12,27	/	194	23,47	14,72	/	233	35,21	22,09	/	349				
olio extravergine di oliva	5	6	7	8	8	/	5	/	45	/	6	/	54	/	7	/	63	/	8	/	72				
pomodori freschi	20	25	30	30	30	0,18	0,04	0,78	3,6	0,22	0,05	0,97	4,5	0,26	0,06	1,17	5,4	0,26	0,06	1,17	5,4				
Scaloppina di maiale al limone																									
maiale	80	100	120	180	180	15,65	9,82	/	155	19,56	12,27	/	194	23,47	14,72	/	233	35,21	22,09	/	349				
farina	5	7	10	12	12	0,66	0,13	3,6	17	0,92	0,18	5,04	24	1,32	0,25	7,2	34	1,59	0,3	8,64	41				
olio extravergine di oliva	5	6	7	8	8	/	5	/	45	/	6	/	54	/	7	/	63	/	8	/	72				
succo di limone	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																				
Fettina di agnello/tacchino ai ferri																									
petto o fesa pollo/tacchino	80	100	120	180	180	18,64	0,64	/	80	23,3	0,8	/	100	27,96	0,96	/	120	41,94	1,44	/	180				
olio extravergine di oliva	5	6	7	8	8	/	5	/	45	/	6	/	54	/	7	/	63	/	8	/	72				
Scaloppina di pollo/tacchino al limone																									
petto o fesa pollo/tacchino	80	100	120	180	180	18,64	0,64	/	80	23,3	0,8	/	100	27,96	0,96	/	120	41,94	1,44	/	180				
olio extravergine di oliva	5	6	7	8	8	/	5	/	45	/	6	/	54	/	7	/	63	/	8	/	72				
succo di limone	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																				
farina	5	7	10	12	12	0,66	0,13	3,6	17	0,92	0,18	5,04	24	1,32	0,25	7,2	34	1,59	0,3	8,64	41				
pollo/tacchino alla pizzaiola																									
petto o fesa pollo/tacchino	80	100	120	180	180	18,64	0,64	/	80	23,3	0,8	/	100	27,96	0,96	/	120	41,94	1,44	/	180				
olio extravergine di oliva	5	6	7	8	8	/	5	/	45	/	6	/	54	/	7	/	63	/	8	/	72				
pomodori pelati	20	20	30	30	30	0,16	0,03	0,8	3,4	0,16	0,03	0,8	3,4	0,23	0,04	1,2	5,1	0,23	0,04	1,2	5,1				
capperi, origano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																				
Cotoletta pollo/tacchino al forno																									
petto o fesa pollo/tacchino	80	100	120	180	180	18,64	0,64	/	80	23,3	0,8	/	100	27,96	0,96	/	120	41,94	1,44	/	180				
pane grattugiato	5	7	10	12	12	0,43	0,02	3,35	14	0,6	0,03	4,68	20	0,86	0,04	6,69	29	1,03	0,05	8,03	35				
olio extravergine di oliva	5	6	7	8	8	/	5	/	45	/	6	/	54	/	7	/	63	/	8	/	72				
Cosce di pollo al forno																									
cosce di pollo	80	100	120	180	180	21,01	6,45	/	148	26,26	8,06	/	185	31,51	9,67	/	222	47,27	14,51	/	333				
olio extravergine di oliva	5	6	7	8	8	/	5	/	45	/	6	/	54	/	7	/	63	/	8	/	72				
aromi	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																				
Bocconcini di pollo/tacchino con patate																									
petto di pollo/tacchino	80	100	120	180	180	18,64	0,64	/	80	23,3	0,8	/	100	27,96	0,96	/	120	41,94	1,44	/	180				
olio extravergine di oliva	5	6	7	8	8	/	5	/	45	/	6	/	54	/	7	/	63	/	8	/	72				
pomodori pelati	10	10	20	20	20	0,08	0,01	0,4	1,7	0,08	0,01	0,4	1,7	0,16	0,03	0,8	3,4	0,16	0,03	0,8	3,4				
zucchine/carote/sedano	30	40	50	60	60	0,4	0,006	0,42	3,3	0,5	0,008	0,56	4,4	0,65	0,01	0,7	5,5	0,78	0,012	0,94	6,6				
patate	60-80	100-120	140-160	180-200	180-200	1,41	0,06	12,23	54	2,22	0,1	19,22	85	3,03	0,14	26,21	115	3,84	0,17	33,19	146				
Bocconcini di pollo/tacchino al pangrattato																									
petto di pollo/tacchino	80	100	120	180	180	18,64	0,64	/	80	23,3	0,8	/	100	27,96	0,96	/	120	41,94	1,44	/	180				

Tabella n.29 del 07 SET. 2018 79/2018/286545





pane grattugiato	5	7	10	12	0,43	0,02	3,35	14	0,6	0,03	4,68	20	0,86	0,04	6,69	29	1,03	0,05	8,03	35
olio extravergine di oliva	5	6	7	8	/	5	/	45	/	6	/	54	/	/	/	63	/	8	/	72
Bocconcini di vitello/one con carote																				
vitello/one	80	100	120	180	16,56	2,16	/	86	20,7	2,7	/	107	24,84	3,24	/	128	37,26	4,86	/	193
olio extravergine di oliva	5	6	7	8	/	5	/	45	/	6	/	54	/	7	/	63	/	8	/	72
carote	40	45	50	60	0,37	0,1	3,83	16,4	0,42	0,11	4,31	18,45	0,47	0,12	4,79	20,5	0,47	0,12	4,79	20,5
Hamburger di vitello/one/suino al forno																				
macinato di vitello/one/suino	80	100	120	180	16,56	2,16	/	86	20,7	2,7	/	107	24,84	3,24	/	128	37,26	4,86	/	193
pane grattugiato	5	7	10	12	0,43	0,02	3,35	14	0,6	0,03	4,68	20	0,86	0,04	6,69	29	1,03	0,05	8,03	35
olio extravergine di oliva	5	6	7	8	/	5	/	45	/	6	/	54	/	7	/	63	/	8	/	72
carote/sedano/prezzemolo	30	40	50	60	0,4	0,006	0,42	3,3	0,5	0,008	0,56	4,4	0,65	0,01	0,7	5,5	0,78	0,012	0,84	6,6
Hamburger di pollo/tacchino al forno																				
macinato di pollo/tacchino	80	100	120	180	18,64	0,64	/	80	23,3	0,8	/	100	27,96	0,96	/	120	41,94	1,44	/	180
pane grattugiato	5	7	10	12	0,43	0,02	3,35	14	0,6	0,03	4,68	20	0,86	0,04	6,69	29	1,03	0,05	8,03	35
olio extravergine di oliva	5	6	7	8	/	5	/	45	/	6	/	54	/	7	/	63	/	8	/	72
prezzemolo,cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
Polpette al forno																				
macinato di vitello/one/suino	80	100	120	180	16,56	2,16	/	86	20,7	2,7	/	107	24,84	3,24	/	128	37,26	4,86	/	193
pane grattugiato	5	7	10	12	0,43	0,02	3,35	14	0,6	0,03	4,68	20	0,86	0,04	6,69	29	1,03	0,05	8,03	35
olio extravergine di oliva	5	6	7	8	/	5	/	45	/	6	/	54	/	7	/	63	/	8	/	72
prezzemolo,cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
Polpette in verde																				
macinato di vitello/one/suino	80	100	120	180	16,56	2,16	/	86	20,7	2,7	/	107	24,84	3,24	/	128	37,26	4,86	/	193
pane grattugiato	5	7	10	12	0,43	0,02	3,35	14	0,6	0,03	4,68	20	0,86	0,04	6,69	29	1,03	0,05	8,03	35
olio extravergine di oliva	5	6	7	8	/	5	/	45	/	6	/	54	/	7	/	63	/	8	/	72
carote/sedano/prezzemolo	30	40	50	60	0,4	0,006	0,42	3,3	0,5	0,008	0,56	4,4	0,65	0,01	0,7	5,5	0,78	0,012	0,84	6,6
Polpette al sugo																				
macinato di vitello/one/suino	80	100	120	180	16,56	2,16	/	86	20,7	2,7	/	107	24,84	3,24	/	128	37,26	4,86	/	193
pane grattugiato	5	7	10	12	0,43	0,02	3,35	14	0,6	0,03	4,68	20	0,86	0,04	6,69	29	1,03	0,05	8,03	35
olio extravergine di oliva	5	6	7	8	/	5	/	45	/	6	/	54	/	7	/	63	/	8	/	72
carote/sedano/prezzemolo	30	40	50	60	0,4	0,006	0,42	3,3	0,5	0,008	0,56	4,4	0,65	0,01	0,7	5,5	0,78	0,012	0,84	6,6
Polpette al sugo																				
macinato di vitello/one/suino	80	100	120	180	16,56	2,16	/	86	20,7	2,7	/	107	24,84	3,24	/	128	37,26	4,86	/	193
pane grattugiato	5	7	10	12	0,43	0,02	3,35	14	0,6	0,03	4,68	20	0,86	0,04	6,69	29	1,03	0,05	8,03	35
pomodori pelati	50	60	70	80	0,39	0,07	2	8,5	0,47	0,08	2,4	10,2	0,55	0,09	2,8	11,9	0,62	0,1	3,2	13,6
Lesso di vitello/one con olio																				
vitello/one	80	100	120	180	16,56	2,16	/	86	20,7	2,7	/	107	24,84	3,24	/	128	37,26	4,86	/	193
olio extravergine di oliva	5	6	7	8	/	5	/	45	/	6	/	54	/	7	/	63	/	8	/	72
Lesso di vitello/one in verde																				
vitello/one	80	100	120	180	16,56	2,16	/	86	20,7	2,7	/	107	24,84	3,24	/	128	37,26	4,86	/	193
olio extravergine di oliva	5	6	7	8	/	5	/	45	/	6	/	54	/	7	/	63	/	8	/	72
carote/sedano/prezzemolo	30	40	50	60	0,4	0,006	0,42	3,3	0,5	0,008	0,56	4,4	0,65	0,01	0,7	5,5	0,78	0,012	0,84	6,6

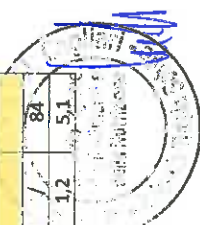


*7/7/2018/286545*

*Tabella n. 29 del 07 SET. 2018*

<b>Fettina di vitello/one ai ferri</b>																				
vitello/one	80	100	120	180	16,56	2,16	/	86	20,7	2,7	/	107	24,84	3,24	/	128	37,26	4,86	/	193
olio extravergine di oliva	5	6	7	8	/	5	/	45	/	6	/	54	/	7	/	63	/	8	/	72
<b>Spezzatino di vitello/one con carote</b>																				
vitello/one	80	100	120	180	16,56	2,16	/	86	20,7	2,7	/	107	24,84	3,24	/	128	37,26	4,86	/	193
olio extravergine di oliva	5	6	7	8	/	5	/	45	/	6	/	54	/	7	/	63	/	8	/	72
carote	40	45	50	50	0,37	0,1	3,83	16,4	0,42	0,11	4,31	18,45	0,47	0,12	4,79	20,5	0,47	0,12	4,79	20,5
<b>Spezzatino di vitello/one con patate</b>																				
vitello/one	80	100	120	180	16,56	2,16	/	86	20,7	2,7	/	107	24,84	3,24	/	128	37,26	4,86	/	193
olio extravergine di oliva	5	6	7	8	/	5	/	45	/	6	/	54	/	7	/	63	/	8	/	72
patate	60-80	100-120	140-160	180-200	1,41	0,06	12,23	54	2,22	0,1	19,22	85	3,03	0,14	26,21	115	3,84	0,17	33,19	146
<b>Roast beef di vitello/one al forno</b>																				
vitello/one	80	100	120	180	16,56	2,16	/	86	20,7	2,7	/	107	24,84	3,24	/	128	37,26	4,86	/	193
olio extravergine di oliva	5	6	7	8	/	5	/	45	/	6	/	54	/	7	/	63	/	8	/	72
cipolla, sedano, carote	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
<b>Vitello/one in umido con carote</b>																				
vitello/one	80	100	120	180	16,56	2,16	/	86	20,7	2,7	/	107	24,84	3,24	/	128	37,26	4,86	/	193
olio extravergine di oliva	5	6	7	8	/	5	/	45	/	6	/	54	/	7	/	63	/	8	/	72
carote	40	45	50	50	0,37	0,1	3,83	16,4	0,42	0,11	4,31	18,45	0,47	0,12	4,79	20,5	0,47	0,12	4,79	20,5
<b>Prosciutto sottile</b>																				
Prosciutto crudo	40	50	60	70	7,92	5,88	0,36	86	9,9	7,35	0,45	107	11,88	8,82	0,54	129	13,86	10,29	0,63	150
<b>Coppa di Parma</b>																				
Coppa di Parma	40	50	60	70	8,88	12,48	/	148	11,1	15,6	/	185	13,32	18,72	/	222	15,54	21,84	/	259
<b>SECONDI DI PESCE</b>																				
<b>Bastoncini di merluzzo al forno</b>																				
merluzzo panato	n2	n3	n4	n5	7	4	10	100	10,5	6	15	150	14	8	20	200	17,51	10	25	250
olio extravergine di oliva	5	6	7	8	/	5	/	45	/	6	/	54	/	7	/	63	/	8	/	72
limone	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
<b>Filetto di merluzzo panato</b>																				
filetto di merluzzo	95	100	110	120-130	16,92	0,64	/	78	17,81	0,67	/	82	19,59	0,74	/	90	21,37	0,8	/	98
pane grattugiato	5	7	10	12	0,43	0,02	3,35	14	0,6	0,03	4,68	20	0,86	0,04	6,69	29	1,03	0,05	8,03	35
limone	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
<b>Platessa panata al forno</b>																				
filetto di platessa	95-100	100	110	120-130	11,79	1,83	/	66,5	12,41	1,93	/	70	13,65	2,12	/	77	14,89	2,32	/	84
pane grattugiato	5	7	10	12	0,43	0,02	3,35	14	0,6	0,03	4,68	20	0,86	0,04	6,69	29	1,03	0,05	8,03	35
limone	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
<b>Platessa alla parmigiana</b>																				
filetto di platessa	95-100	100	110	120-130	11,79	1,83	/	66,5	12,41	1,93	/	70	13,65	2,12	/	77	14,89	2,32	/	84
burro	10	12	15	20	0,09	8,11	0,01	72	0,1	9,73	0,01	86	0,13	12,17	0,01	108	0,17	16,22	0,01	143
parmigiano	7	10	15	20	2,5	1,8	0,14	24	3,6	2,5	0,2	37	5,4	3,8	0,3	56	7,2	5	0,4	75
<b>Filetto di platessa pomodoro e origano</b>																				
filetto di platessa	95-100	100	110	120-130	11,79	1,83	/	66,5	12,41	1,93	/	70	13,65	2,12	/	77	14,89	2,32	/	84
pomodoro fresco/pelati	20	20	30	30	0,16	0,03	0,8	3,4	0,16	0,03	0,8	3,4	0,23	0,04	1,2	5,1	0,23	0,04	1,2	5,1

Tabella n. 29 del 07 SET. 2018 Pg/2018/286545





origano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
olio extravergine di oliva	5	6	7	8							45	6		54	7						63	8	72
Filetto di platessa olio e limone																							
filetto di platessa	95-100	100	110	120-130	11,79	1,83		56,5	12,41	1,93	70	13,65	2,12		77	14,89	2,32			77	84	84	
succo di limone	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																			
olio extravergine di oliva	5	6	7	8																	63	8	72
Filetto di platessa all'olio evo																							
filetto di platessa	95-100	100	110	120-130	11,79	1,83		66,5	12,41	1,93	70	13,65	2,12		77	14,89	2,32			77	84	84	
olio extravergine di oliva	5	6	7	8																	63	8	72
Filetto di platessa gratinata al forno																							
filetto di platessa	95-100	100	110	120-130	11,79	1,83		66,5	12,41	1,93	70	13,65	2,12		77	14,89	2,32			77	84	84	
pane grattugiato	5	7	10	12	0,43	0,02	3,35	14	0,6	0,03	4,68	20	0,86	0,04	6,69	1,03	0,05	8,03		29	8	35	
olio extravergine di oliva	5	6	7	8																	63	8	72
aromi, spezie	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																			
<b>FORMAGGI</b>																							
Formaggio pecorino																							
Mozzarella	50	60	70	80	15,9	13,47	1,82	193	19,08	16,16	2,18	232	22,26	18,86	2,54	271	25,44	21,55	2,9				310
Provoleta di latte vaccino	60	70	80	100	14,56	9,55	1,66	152	16,98	11,14	1,94	178	19,41	12,74	2,22	203	24,26	15,92	2,77				254
Formaggio Dolce Sardo	50	60	70	80	14	14	1	187	16,8	16,8	1,2	224	19,6	19,6	1,4	261,8	22,4	22,4	1,6				299
Ricotta ovina con miele	50	60	70	80	11,5	13	0,7	170	13,8	16,2	0,84	204	16,1	18,9	0,98	239	18,4	21,6	1,12				273
Ricotta ovina	70	80	100	120	5,88	17,57	2,24	189,7	6,72	20,08	2,56	216,8	8,4	25,1	3,2	271	10,08	30,12	3,84				325,2
miele	5	5	10	10	0,03	/	4,01	15,2	0,03	/	4,01	15,2	0,06	/	8,03	30,4	0,06	/	8,03				30,4
Ricotta vaccina con miele																							
ricotta vaccina	70	80	100	120	8,54	5,6	2,8	95,2	9,76	6,4	3,2	108,8	12,2	8	4	136	14,64	9,6	4,8				163,2
miele	5	5	10	10	0,03	/	4,01	15,2	0,03	/	4,01	15,2	0,06	/	8,03	30,4	0,06	/	8,03				30,4
Casu axedu con miele																							
casu axedu	50	60	70	80	4	6	0,5	7,5	4,8	7,2	0,6	85,8	5,6	8,4	0,7	100	6,4	9,6	0,8				14
miele	5	5	10	10	0,03	/	4,01	15,2	0,03	/	4,01	15,2	0,06	/	8,03	30,4	0,06	/	8,03				30,4
Formaggio fresco	50	60	70	80	6	8	1,5	102	7,2	9,6	1,86	123	8,4	11,2	2,17	143	9,6	12,8	2,48				164
<b>LEGUMI</b>																							
Hamburger/polpette di legumi al forno/sugo																							
legumi	25-30	30	35	35-40	5,6	0,77	12,12	74,82	6,72	0,93	14,55	89,79	7,84	1,08	16,97	104,75	7,84	1,08	16,97				104,75
pane grattugiato	5	7	10	12	0,43	0,02	3,35	14	0,6	0,03	4,68	20	0,86	0,04	6,69	29	1,03	0,05	8,03				35
patate, ortaggi misti	30	35	40	50	0,61	0,03	5,24	23	0,71	0,03	6,11	27	0,81	0,04	6,99	31	1,01	0,05	8,74				39
pomodori pelati	20	20	30	30	0,16	0,03	0,8	3,4	0,16	0,03	0,8	3,4	0,23	0,04	1,2	5,1	0,23	0,04	1,2				5,1
olio extravergine di oliva	5	6	7	8																	63	8	72
prezlemolo, cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																			
Lenticchie in umido																							
lenticchie	25-30	30	35	35-40	5,675	0,25	12,775	72,75	6,81	0,3	15,33	87,3	7,945	0,35	17,885	101,85	7,945	0,35	17,885				101,85
pomodori pelati	5	5	5	5	0,06	0,025	0,15	1,05	0,06	0,025	0,15	1,05	0,06	0,025	0,15	1,05	0,06	0,025	0,15				1,05
olio extravergine di oliva	5	6	7	8																	63	8	72
prezlemolo, cipolla, carota	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																			
insalata di rici e pomodoro																							



7/2018/286545

07 SET. 2018

Tabella n.29 del

legumi misti	60	80	100	120	13	1,86	28	180	17,6	2,48	38,4	240	22	3,1	48	300	26,4	3,72	57,6	360
pomodori	70	100	150	200	0,84	0,14	3,57	16	1,2	0,2	5,1	23	1,8	0,3	7,65	34	2,4	0,4	10,2	46
olio extravergine di oliva	5	6	8	10	/	5	/	45	/	6	/	54	/	8	/	72	/	10	/	90

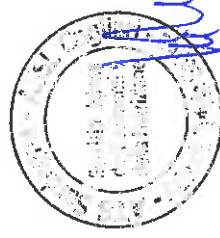
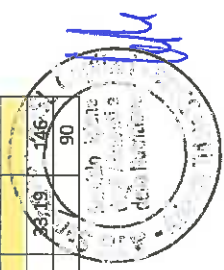


Tabella n.19 del FdI 2018/286545  
07 SET. 2018

CONTORNI MENU NO JOVO	infanzia		primaria		primaria		Medie 10-12 anni		3-5 anni				6-8 anni				8-10 anni				medie/adulti					
	3-5 anni	6-8 anni	8-10 anni	primaria	primaria	adulti	g.prot	g.lip.	g.carb	kcal	g.prot	g.lip.	g.carb	kcal	g.prot	g.lip.	g.carb	kcal	g.prot	g.lip.	g.carb	kcal	g.prot	g.lip.	g.carb	kcal
<b>CONTORNI FRESCHI</b>																										
<b>INSALATA VERDE</b>																										
iceberg	70	100	150		200	200	0,63	0,1	2,08	10	0,9	0,14	2,97	14	1,35	0,21	4,46	21	1,8	0,28	5,94	28				
olio extravergine di oliva	5	6	8		10	10	/	5	/	45	/	6	/	54	/	8	/	72	/	10	/	90				
<b>FINOCCHI</b>																										
finocchi	70	100	150		200	200	0,87	0,14	5,1	22	1,24	0,2	7,29	31	1,86	0,3	10,94	46	2,48	0,4	14,58	62				
olio extravergine di oliva	5	6	8		10	10	/	5	/	45	/	6	/	54	/	8	/	72	/	10	/	90				
<b>CAROTE JULIENNE</b>																										
carote tagliate a julienne	70	100	150		200	200	0,65	0,17	6,71	29	0,93	0,24	9,58	41	1,4	0,36	14,37	61	1,86	0,48	19,16	82				
olio extravergine di oliva	5	6	8		10	10	/	5	/	45	/	6	/	54	/	8	/	72	/	10	/	90				
<b>POMODORI</b>																										
pomodori	70	100	150		200	200	0,84	0,14	3,57	16	1,2	0,2	5,1	23	1,8	0,3	7,65	34	2,4	0,4	10,2	46				
olio extravergine di oliva	5	6	8		10	10	/	5	/	45	/	6	/	54	/	8	/	72	/	10	/	90				
<b>CETRIOLI</b>																										
cetrioli	70	100	150		200	200	0,46	0,08	2,54	10	0,65	0,11	3,63	15	0,98	0,17	5,45	23	1,3	0,22	7,26	30				
olio extravergine di oliva	5	6	8		10	10	/	5	/	45	/	6	/	54	/	8	/	72	/	10	/	90				
<b>INSALATA TRICOLORE</b>																										
iceberg, carote, pomodori	70	100	150		200	200	0,7	0,14	4,12	18	1,01	0,19	5,8	26	1,4	0,28	8,3	40	2,02	0,38	11,6	52				
olio extravergine di oliva	5	6	8		10	10	/	5	/	45	/	6	/	54	/	8	/	72	/	10	/	90				
<b>VERDURE MISTE</b>																										
verdure miste crude ad insalata	70	100	150		200	200	1,24	0,2	2,9	15,4	1,77	0,28	4,18	22	2,6	0,42	6,27	33	3,54	0,56	8,36	44				
olio extravergine di oliva	5	6	8		10	10	/	5	/	45	/	6	/	54	/	8	/	72	/	10	/	90				
<b>CONTORNI CALDI</b>																										
<b>SPINACI AL VAPORE</b>																										
spinaci	70	100	150		200	200	2,38	0,49	2,03	21,7	3,4	0,7	2,9	31	5,1	1,05	4,35	46,5	6,8	1,4	5,8	62				
olio extravergine di oliva	5	6	8		10	10	/	5	/	45	/	6	/	54	/	8	/	72	/	10	/	90				
<b>CAROTE AL VAPORE</b>																										
carote	70	100	150		200	200	0,65	0,17	6,71	29	0,93	0,24	9,58	41	1,4	0,36	14,37	61	1,86	0,48	19,16	82				
olio extravergine di oliva	5	6	8		10	10	/	5	/	45	/	6	/	54	/	8	/	72	/	10	/	90				
<b>FAGIOLINI AL VAPORE</b>																										
fagiolini	70	100	150		200	200	1,28	0,15	4,88	22	1,83	0,22	6,97	31	2,75	0,33	10,46	46	3,66	0,44	13,94	62				
olio extravergine di oliva	5	6	8		10	10	/	5	/	45	/	6	/	54	/	8	/	72	/	10	/	90				
<b>BIETOLE AL VAPORE</b>																										
bietole	70	100	150		200	200	1,26	0,14	2,62	13	1,8	0,2	3,74	19	2,7	0,3	5,61	28	3,6	0,4	7,48	38				
olio extravergine di oliva	5	6	8		10	10	/	5	/	45	/	6	/	54	/	8	/	72	/	10	/	90				
<b>FAGIOLINI SALTATI</b>																										
fagiolini	70	100	150		200	200	1,28	0,15	4,88	22	1,83	0,22	6,97	31	2,75	0,33	10,46	46	3,66	0,44	13,94	62				
olio extravergine di oliva	5	6	8		10	10	/	5	/	45	/	6	/	54	/	8	/	72	/	10	/	90				
<b>cipolla o aglio</b>																										
cipolla o aglio	q.b.	q.b.	q.b.		q.b.	q.b.																				
<b>PATATE AL VAPORE</b>																										
patate	60-80	100-120	140-160		180-200	180-200	1,41	0,06	12,23	54	2,22	0,1	19,22	85	3,03	0,14	26,21	115	3,84	0,17	23,19	146				
olio extravergine di oliva	5	6	8		10	10	/	5	/	45	/	6	/	54	/	8	/	72	/	10	/	90				



*File 2018/286545*

**07 SET. 2018**

*Tabella n. 29 del*



<b>BIETOLE SALTATE</b>																				
bietole	70	100	150	200	1,26	0,14	2,62	13	1,8	0,2	3,74	19	2,7	0,3	5,61	28	3,6	0,4	7,48	38
olio extravergine di oliva	5	6	8	10	/	5	/	45	/	6	/	54	/	8	/	72	/	10	/	90
cipolla o aglio	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																
<b>PATATE AL FORNO</b>																				
patate	60-80	100-120	140-160	180-200	1,41	0,06	12,23	54	2,22	0,1	19,22	85	3,03	0,14	26,21	115	3,84	0,17	33,19	146
olio extravergine di oliva	5	6	8	10	/	5	/	45	/	6	/	54	/	8	/	72	/	10	/	90
aromi	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																
<b>PATATE IN UMIDO</b>																				
patate	60-80	100-120	140-160	180-200	1,41	0,06	12,23	54	2,22	0,1	19,22	85	3,03	0,14	26,21	115	3,84	0,17	33,19	146
olio extravergine di oliva	5	6	8	10	/	5	/	45	/	6	/	54	/	8	/	72	/	10	/	90
pomodori pelati	20	20	30	30	0,16	0,03	0,8	3,4	0,16	0,03	0,8	3,4	0,23	0,04	1,2	5,1	0,23	0,04	1,2	5,1
<b>PATATE IN VERDE</b>																				
patate	60-80	100-120	140-160	180-200	1,41	0,06	12,23	54	2,22	0,1	19,22	85	3,03	0,14	26,21	115	3,84	0,17	33,19	146
olio extravergine di oliva	5	6	8	10	/	5	/	45	/	6	/	54	/	8	/	72	/	10	/	90
prezemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.																
<b>PUREE DI PATATE</b>																				
patate	60-80	100-120	140-160	180-200	1,41	0,06	12,23	54	2,22	0,1	19,22	85	3,03	0,14	26,21	115	3,84	0,17	33,19	146
latte	10	15	20	20	0,33	0,09	0,48	4	0,5	0,13	0,72	6	0,66	0,18	0,96	8	0,66	0,18	0,96	8
permigliano	3	4	5	6	1,15	0,86	0,12	13	1,54	1,14	0,16	17	1,92	1,43	0,2	22	2,31	1,72	0,24	26
<b>CAROTE E CAVOLFIORE AL VAPORE</b>																				
carote, cavolfiore	70	100	150	200	1,505	0,14	3,605	21	2,15	0,2	5,15	30	3,225	0,3	7,725	45	4,3	0,4	10,3	60
olio extravergine di oliva	5	6	8	10	/	5	/	45	/	6	/	54	/	8	/	72	/	10	/	90
<b>FINOCCHI AL FORNO</b>																				
finocchi	70	100	150	200	0,87	0,14	5,1	22	1,24	0,2	7,29	31	1,86	0,3	10,94	46	2,48	0,4	14,58	62
olio extravergine di oliva	5	6	8	10	/	5	/	45	/	6	/	54	/	8	/	72	/	10	/	90



*Tabella n. 29 del 07 SET. 2018*  
*PG/2018/286545*

PANE E FRUTTA MENU NO UOVO	infanzia		primaria		Medie 10-12 anni		3-5 anni			6-8 anni			8-10 anni			medie /adulti						
	3-5 anni	6-8 anni	8-10 anni	primaria	Medie 10-12 anni	adulti	g.prot	g.llip.	g.carb	kcal	g.prot	g.llip.	g.carb	kcal	g.prot	g.llip.	g.carb	kcal				
<b>PANE COMUNE</b>																						
PANE COMUNE	50	60	70	80	80	80	4,5	0,95	29	134	5,4	1,14	35	161	6,3	1,33	41	188	7,2	1,52	46,4	215
<b>FRUTTA FRESCA MENU' AUTUNNO INVERNO</b>																						
arance	120	150	180	250	250	250	0,84	0,22	9,36	41	1,05	0,3	12	51	1,26	0,36	14	61	1,75	0,5	19,5	85
BANANE	120	150	180	250	250	250	1,44	0,36	19	78	1,8	0,45	23	98	2,16	0,54	28	117	3	0,75	38,5	162
CAROTE	120	150	180	250	250	250	0,72	0,36	19	78	0,9	0,45	24	97	1,08	0,54	29	117	1,5	0,75	40	162
CLEMENTINE	120	150	180	250	250	250	1,08	0,12	10,44	44,4	1,35	0,15	13,05	55,5	1,62	0,18	16	66,6	2,25	0,25	21,7	92,5
KIWI	120	150	180	250	250	250	1,44	0,72	10,8	59	1,8	0,9	13,5	66	2,16	1,08	16,2	79	3	1,5	22,5	110
MANDARINI	120	150	180	250	250	250	1,08	0,36	21,12	85,14	1,35	0,45	26,4	108	1,62	0,54	33	130	2,25	0,75	44	180
MELONE INVERNALE	120	150	180	250	250	250	0,6	0,24	5,9	26,4	0,75	0,3	7,35	33	0,9	0,36	8,82	39	1,25	0,5	12	55
PEPERA	120	150	180	250	250	250	0,36	0,12	10,5	42	0,45	0,15	13,2	52	0,54	0,18	16	63	0,75	0,25	22	87
PERA	120	150	180	250	250	250	0,6	0,12	18	73	0,75	0,15	23	91	0,9	0,18	28	110	1,25	0,25	39	152
UVA	120	150	180	250	250	250	0,6	0,12	18	73	0,75	0,15	23	91	0,9	0,18	28	110	1,25	0,25	39	152
<b>FRUTTA FRESCA MENU' PRIMAVERA ESTATE</b>																						
ALBICOCCHE	120	150	180	250	250	250	48	0,12	8,16	33,6	0,6	0,15	10,2	42	0,72	0,18	12,2	51	1	0,25	17	70
ALCANTARA	120	150	180	250	250	250	0,24	/	12	46	0,3	/	15	57	0,36	/	18	68	0,5	/	25	95
PERA	120	150	180	250	250	250	0,96	0,12	7,32	32	1,2	0,15	9,15	40	1,44	0,18	11	49	2	0,25	15	76
SUSINE	120	150	180	250	250	250	0,6	0,12	12,6	50	0,7	0,15	15,7	63	0,9	0,18	18,9	76	1,25	0,25	26	105
MELONE ESTIVO	120	150	180	250	250	250	0,96	0,24	8,88	40	1,2	0,3	11,1	50	1,44	0,36	13,3	59	2	0,5	18	82
ANGURIA	120	150	180	250	250	250	0,48	/	4,4	19	0,6	/	5,5	24	0,73	/	6,6	29	1	/	9	40

Tabella n.29 del Pdl 2018/2019 del 07 SET. 2018

