

Tabella dietetica per la refezione scolastica per la Scuola

-Anno scolastico 2021-2022

Menù estivo

	1° Settimana	2° Settimana	3° Settimana	4° Settimana
Lunedì	Pennette pomodorini e basilico Bastoncini di merluzzo al forno Insalata verde Pane comune	Gnocchetti sardi al pomodoro Hamburger di vitello lattuga pane comune	Risotto con gli spinaci Hamburger di tacchino Carote all' insalata Pane integrale	Pizza con pomodoro olio e origano Parmigiano a tocchetti
Martedì	Eliche con zucchine Fesa di tacchino al forno o alla griglia Pomodori all' insalata Pane integrale	pasta con piselli Polpette di merluzzo carote Pane integrale	Pasta al pomodoro ciliegine o ricottina di mucca lattuga Pane comune	Pasta al pesto Petto di pollo grigliato o al forno Insalata di pomodori Pane integrale
Mercoledì	Frittata di pasta Prosciutto cotto magro Fagiolini all'insalata Pane comune	Farro all'insalata con fagioli cannellini Cotoletta di petto di pollo al forno melanzane in padella Pane comune	Frittata di pasta Prosciutto cotto magro Zucchine in padella Pane integrale	pasta con pomodoro Bastoncini di merluzzo al forno carote all' insalata pane comune
Giovedì	Pasta con piselli non passati (in bianco) Bocconcini di pollo in padella Insalata verde Pane integrale	Pizza con pomodoro olio e origano Parmigiano a tocchetti	Pasta con pomodorini Pollo alla cacciatora Fagiolini all' insalata Pane comune	Riso con piselli non passati polpettone di tacchino e verdure al forno fagiolini alla pizzaiola Pane comune
Venerdì	pasta e ceci non passati ciliegine o ricottina di mucca Insalata di carote Pane comune	Pasta con zucchine Bastoncini di merluzzo al forno piselli Pane integrale	Riso al pomodoro filetto di tonno all' olio extrav. d'oliva patate all'insalata Pane comune	Fusilli con olive e tonno Polpette di nasello Patate all'insalata Pane integrale

*Frittata di pasta con trafila piccola

Dot.ssa ANNA MOCALDO
BIOLOGO NUTRIZIONISTA
Via F. Spirito, 164 - Tel. 340 9092619
84095 Giffoni Valle Piana (SA)
P.I.: 02115710658
C.P.: MCC MNA 86132 H703L

Anna Mocaldo

Tabella dietetica per la refezione scolastica per la Scuola

-Anno scolastico 2021-2022

Menù invernale

	1° Settimana	2° Settimana	3° Settimana	4° Settimana
Lunedì	Pasta al pomodoro cotoletta di tacchino al forno carote Pane integrale	Pizza con pomodoro olio e origano Parmigiano a tocchetti	Risotto agli spinaci o con broccoli passati Frittata di patate al forno o in padella antiaderente Finocchi all'insalata Pane integrale	Orecchiette con broccoli Frittata in padella antiaderente Patate al forno Pane integrale
Martedì	Gateau di patate Prosciutto cotto magro Bietole o spinaci in padella Pane comune	Pennette al pesto Filetto di tonno all' olio extravergine Patate all'insalata Pane integrale	Gateau di patate Prosciutto cotto magro Insalata verde Pane integrale	Pasta e ceci non passati bastoncini al forno insalata verde Pane integrale
Mercoledì	Risotto allo zafferano Frittata in padella antiaderente Patate al forno Pane integrale	Gnocchetti sardi al pomodoro Spezzatino di vitello con piselli Pane comune	Pasta al pomodoro Pollo alla cacciatora broccoletti in padella Pane comune	Minestrone di riso con verdure (senza patate ne legumi) Polpette di vitello al sugo Spinaci in padella Pane comune
Giovedì	pasta e piselli non passati (in bianco) Bastoncini di merluzzo al forno broccoletti in padella Pane Comune	Minestrone verza farro e fagioli Arista al forno Spinaci in padella Pane comune	Tubetti in brodo vegetale con passato di verdure Cotoletta di vitello al forno Cavolfiori in padella Pane comune	Pizza con pomodoro olio e origano Parmigiano a tocchetti
Venerdì	Farfalle con zucca passata Ciliegine o fior di latte Finocchi gratinati Pane integrale	Pasta e broccoli passati Bastoncini di merluzzo al forno Finocchi all' insalata Pane integrale	Pasta con lenticchie non passate Filetto di merluzzo in umido o gratinati al forno carote Pane integrale	Riso al pomodoro Petto di pollo arrostito lattuga Pane comune

Dot. ssa ANNA BIOC CALDO
DIEGONO NUTRIZIONISTA
Via F. Spirito, 164 - Tel. 340 9092619
84095 Giffoni Valle Piana (SA)
P.I.: 07.115710658
C.P.: MCC MNA 86H92 H703L

