

MENU STAGIONALE REFEZIONE SCOLASTICA 2026

SCUOLA DELL'INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA DI PRIMO GRADO

Menù articolato in quattro settimane per ciascuna stagione (primavera, estate, autunno, inverno), con pasti invariati rispetto al menù originario e grammature riportate per scuola dell'infanzia, primaria e secondaria di primo grado.

Grammature di riferimento - Infanzia, Primaria e Secondaria di I grado

Infanzia: pasta/riso 60 g; legumi secchi 20 g; carne e affettati 60 g; pesce 70 g; formaggi 60 g; uova 1 uovo; verdure 80 g; frutta 100 g; pane 30 g.

Primaria: pasta/riso 80 g; legumi secchi 30 g; carne e affettati 80 g; pesce 90 g; formaggi 80 g; uova 2 uova; verdure 120 g; frutta 150 g; pane 50 g.

Per i piatti composti sono riportate le quote degli ingredienti principali secondo le grammature di riferimento: primi con legumi (Inf. 60 g cereali + 20 g legumi secchi; Prim. 80 g cereali + 30 g legumi secchi); pizza (quota cereali: Inf. 60 g; Prim. 80 g). Le grammature delle preparazioni composte restano indicative e soggette a verifica del professionista responsabile. Per la secondaria di I grado: primi con legumi 100 g cereali + 40 g legumi secchi; pizza 100 g quota cereali.

Stagionalità: le diciture generiche "frutta di stagione" e "verdure di stagione" sono dettagliate con esempi specifici per ciascuna stagione, da scegliere secondo disponibilità e approvvigionamento.

Allergeni principali

Pasta: glutine; Fritata: uova; Mozzarella e formaggi: latte; Pesce e bastoncini: pesce, glutine ove previsto; Polpette: glutine e uova.



PRIMAVERA

Frutta: fragole, nespole, ciliegie, albicocche (secondo disponibilità) | Verdure: asparagi, piselli, carciofi, spinaci, bietole, lattuga, carote, zucchine (secondo disponibilità)

PRIMAVERA - Settimana 1

Giorno	Primo	Secondo	Contorno	Frutta	Pane
Lunedì	Pasta al pomodoro (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Frittata al forno (Inf. 1 uovo; Prim. 2 uova); Sec. I grado 2 uova	Insalata verde (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: fragole, nespole, ciliegie, albicocche (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Martedì	Riso al forno (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Affettato magro (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Carote julienne (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: fragole, nespole, ciliegie, albicocche (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Mercoledì	Pasta e minestrone (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Mozzarella (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Pomodori (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: fragole, nespole, ciliegie, albicocche (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Giovedì	Pasta e lenticchie (Inf. 60 g cereali + 20 g legumi secchi; Prim. 80 g cereali + 30 g legumi secchi); Sec. I grado 100 g cereali + 40 g legumi secchi	Tacchino arrosto (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Zucchine trifolate (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: fragole, nespole, ciliegie, albicocche (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Venerdì	Risotto alle verdure (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Merluzzo al forno (Inf. 70 g; Prim. 90 g); Sec. I grado 120 g	Fagiolini o verdure di stagione (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g Esempi primavera: asparagi, piselli, carciofi, spinaci, bietole, lattuga, carote, zucchine (secondo disponibilità)	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: fragole, nespole, ciliegie, albicocche (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g

PRIMAVERA - Settimana 2

Giorno	Primo	Secondo	Contorno	Frutta	Pane
Lunedì	Riso e piselli (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Polpette al forno o in umido (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Verdure di stagione gratinate (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g Esempi primavera: asparagi, piselli, carciofi, spinaci, bietole, lattuga, carote, zucchine (secondo disponibilità)	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: fragole, nespole, ciliegie, albicocche (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Martedì	Pasta al pomodoro (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Formaggio fresco (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Insalata mista (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: fragole, nespole, ciliegie, albicocche (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Mercoledì	Pasta al pesto leggero (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Frittata con zucchine (Inf. 1 uovo; Prim. 2 uova); Sec. I grado 2 uova	Carote al vapore (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: fragole, nespole, ciliegie, albicocche (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Giovedì	Pasta olio e parmigiano (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Petto di pollo impanato o in umido (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Pomodori o verdure di stagione (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g Esempi primavera: asparagi, piselli, carciofi, spinaci, bietole, lattuga, carote, zucchine (secondo disponibilità)	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: fragole, nespole, ciliegie, albicocche (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Venerdì	Pastariso con verdure (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Platessa gratinata (Inf. 70 g; Prim. 90 g); Sec. I grado 120 g	Melanzane al forno (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: fragole, nespole, ciliegie, albicocche (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g



albicocche (secondo disponibilità)



PRIMAVERA

PRIMAVERA - Settimana 3

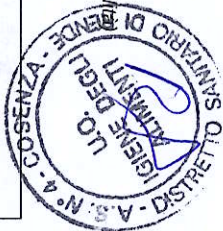
Giorno	Primo	Secondo	Contorno	Frutta	Pane
Lunedì	Pasta e ceci (Inf. 60 g cereali + 20 g legumi secchi; Prim. 80 g cereali + 30 g legumi secchi); Sec. I grado 100 g cereali + 40 g legumi secchi	Hamburger bovino (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Patate al forno (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: fragole, nespole, ciliegie, albicocche (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Martedì	Riso con zucchine (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Tacchino arrosto (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Insalata verde (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: fragole, nespole, ciliegie, albicocche (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Mercoledì	Pasta al pomodoro (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Ricotta o formaggio fresco morbido (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Carote al vapore (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: fragole, nespole, ciliegie, albicocche (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Giovedì	Pizza (60 g quota cereali); Sec. I grado 100 g quota cereali	Prosciutto cotto (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Zucchine trifolate (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: fragole, nespole, ciliegie, albicocche (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Venerdì	Riso/pasta e patate (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Bastoncini di pesce al forno (Inf. 70 g; Prim. 90 g); Sec. I grado 120 g	Fagiolini (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: fragole, nespole, ciliegie, albicocche (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g

PRIMAVERA - Settimana 4

Giorno	Primo	Secondo	Contorno	Frutta	Pane
Lunedì	Pasta olio e parmigiano (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Polpette di carne in umido (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Verdure gratinate (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: fragole, nespole, ciliegie, albicocche (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Martedì	Riso e piselli (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Formaggio fresco (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Pomodori (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: fragole, nespole, ciliegie, albicocche (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Mercoledì	Pasta all'ortolana (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Pollo al forno (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Carote julienne (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: fragole, nespole, ciliegie, albicocche (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Giovedì	Pasta e legume (Inf. 60 g cereali + 20 g legumi secchi; Prim. 80 g cereali + 30 g legumi secchi); Sec. I grado 100 g cereali + 40 g legumi secchi	Affettato magro (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Insalata verde (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: fragole, nespole, ciliegie, albicocche (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Venerdì	Riso/pasta alle verdure (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Merluzzo al forno (Inf. 70 g; Prim. 90 g); Sec. I grado 120 g	Verdure di stagione cotte al vapore (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g Esempi primavera: asparagi, piselli, carciofi, spinaci, bietole, lattuga, carote, zucchine (secondo disponibilità)	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: fragole, nespole, ciliegie, albicocche (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g

ESTATE

Frutta: pesche, nettarine, albicocche, susine, melone, anguria (secondo disponibilità) | Verdure: pomodori, zucchine, melanzane, peperoni, fagiolini, lattuga (secondo disponibilità)



ESTATE - Settimana 1

Giorno	Primo	Secondo	Contorno	Frutta	Pane
Lunedì	Pasta al pomodoro (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Frittata al forno (Inf. 1 uovo; Prim. 2 uova); Sec. I grado 2 uova	Insalata verde (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: pesche, nettarine, albicocche, susine, melone, anguria (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Martedì	Riso al forno (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Affettato magro (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Carote julienne (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: pesche, nettarine, albicocche, susine, melone, anguria (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Mercoledì	Pasta e minestrone (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Mozzarella (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Pomodori (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: pesche, nettarine, albicocche, susine, melone, anguria (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Giovedì	Pasta e lenticchie (Inf. 60 g cereali + 20 g legumi secchi; Prim. 80 g cereali + 30 g legumi secchi); Sec. I grado 100 g cereali + 40 g legumi secchi	Tacchino arrosto (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Zucchine trifolate (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: pesche, nettarine, albicocche, susine, melone, anguria (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Venerdì	Risotto alle verdure (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Merluzzo al forno (Inf. 70 g; Prim. 90 g); Sec. I grado 120 g	Fagiolini o verdure di stagione (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g Esempi estate: pomodori, zucchine, melanzane, peperoni, fagiolini, lattuga (secondo disponibilità)	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: pesche, nettarine, albicocche, susine, melone, anguria (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g

ESTATE - Settimana 2

Giorno	Primo	Secondo	Contorno	Frutta	Pane
Lunedì	Riso e piselli (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Polpette al forno o in umido (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Verdure di stagione gratinate (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g Esempi estate: pomodori, zucchine, melanzane, peperoni, fagiolini, lattuga (secondo disponibilità)	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: pesche, nettarine, albicocche, susine, melone, anguria (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Martedì	Pasta al pomodoro (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Formaggio fresco (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Insalata mista (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: pesche, nettarine, albicocche, susine, melone, anguria (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Mercoledì	Pasta al pesto leggero (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Frittata con zucchine (Inf. 1 uovo; Prim. 2 uova); Sec. I grado 2 uova	Carote al vapore (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: pesche, nettarine, albicocche, susine, melone, anguria (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Giovedì	Pasta olio e parmigiano (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Petto di pollo impanato o in umido (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Pomodori o verdure di stagione (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g Esempi estate: pomodori, zucchine,	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: pesche, nettarine, albicocche, susine, melone, anguria (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g

			melanzane, peperoni, fagiolini, lattuga (secondo disponibilità)	susine, melone, anguria (secondo disponibilità)	
Venerdì	Pasta/riso con verdure (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Platessa gratinata (Inf. 70 g; Prim. 90 g); Sec. I grado 120 g	Melanzane al forno (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: pesche, nettarine, albicocche, susine, melone, anguria (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g



ESTATE



ESTATE - Settimana 3

Giorno	Primo	Secondo	Contorno	Frutta	Pane
Lunedì	Pasta e ceci (Inf. 60 g cereali + 20 g legumi secchi; Prim. 80 g cereali + 30 g legumi secchi); Sec. I grado 100 g cereali + 40 g legumi secchi	Hamburger bovino (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Patate al forno (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: pesche, nettarine, albicocche, susine, melone, anguria (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Martedì	Riso con zucchine (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Tacchino arrosto (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Insalata verde (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: pesche, nettarine, albicocche, susine, melone, anguria (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Mercoledì	Pasta al pomodoro (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Ricotta o formaggio fresco morbido (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Carote al vapore (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: pesche, nettarine, albicocche, susine, melone, anguria (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Giovedì	Pizza (60 g quota cereali); Sec. I grado 100 g quota cereali	Prosciutto cotto (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Zucchine trifolate (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: pesche, nettarine, albicocche, susine, melone, anguria (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Venerdì	Risopasta e patate (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Bastoncini di pesce al forno (Inf. 70 g; Prim. 90 g); Sec. I grado 120 g	Fagiolini (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: pesche, nettarine, albicocche, susine, melone, anguria (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g

ESTATE - Settimana 4

Giorno	Primo	Secondo	Contorno	Frutta	Pane
Lunedì	Pasta olio e parmigiano (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Polpette di carne in umido (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Verdure gratinate (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: pesche, nettarine, albicocche, susine, melone, anguria (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Martedì	Riso e piselli (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Formaggio fresco (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Pomodori (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: pesche, nettarine, albicocche, susine, melone, anguria (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Mercoledì	Pasta all'ortolana (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Pollo al forno (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Carote julienne (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: pesche, nettarine, albicocche, susine, melone, anguria (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Giovedì	Pasta e legume (Inf. 60 g cereali + 20 g legumi secchi; Prim. 80 g cereali + 30 g legumi secchi); Sec. I grado 100 g cereali + 40 g legumi secchi	Affettato magro (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Insalata verde (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: pesche, nettarine, albicocche, susine, melone, anguria (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g

Venerdì	Riso/pasta alle verdure (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Merluzzo al forno (Inf. 70 g; Prim. 90 g); Sec. I grado 120 g	Verdure di stagione cotte al vapore (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g Esempi estate: pomodori, zucchine, melanzane, peperoni, fagiolini, lattuga (secondo disponibilità)	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: pesche, nettarine, albicocche, susine, melone, anguria (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
---------	---	---	--	--	---



AUTUNNO

Frutta: mele, pere, uva, cachi, mandarini (secondo disponibilità) | Verdure: zucca, broccoli, cavolfiore, bietole, finocchi, spinaci (secondo disponibilità)



AUTUNNO - Settimana 1

Giorno	Primo	Secondo	Contorno	Frutta	Pane
Lunedì	Pasta al forno (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Affettato magro (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Carote cotte (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: mele, pere, uva, cachi, mandarini (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Martedì	Risotto alla zucca (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Mozzarella (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Patate al forno (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: mele, pere, uva, cachi, mandarini (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Mercoledì	Pasta e ceci (Inf. 60 g cereali + 20 g legumi secchi; Prim. 80 g cereali + 30 g legumi secchi); Sec. I grado 100 g cereali + 40 g legumi secchi	Frittata (Inf. 1 uovo; Prim. 2 uova); Sec. I grado 2 uova	Spinaci (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: mele, pere, uva, cachi, mandarini (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Giovedì	Pizza (60 g quota cereali); Sec. I grado 100 g quota cereali	Tacchino arrosto (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Finocchi (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: mele, pere, uva, cachi, mandarini (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Venerdì	Pasta al ragu' vegetale (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Plattessa al forno (Inf. 70 g; Prim. 90 g); Sec. I grado 120 g	Broccoli (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: mele, pere, uva, cachi, mandarini (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g

AUTUNNO - Settimana 2

Giorno	Primo	Secondo	Contorno	Frutta	Pane
Lunedì	Pasta e lenticchie (Inf. 60 g cereali + 20 g legumi secchi; Prim. 80 g cereali + 30 g legumi secchi); Sec. I grado 100 g cereali + 40 g legumi secchi	Polpette al forno (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Verdure cotte a vapore (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: mele, pere, uva, cachi, mandarini (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Martedì	Riso al parmigiano (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Pollo arrosto (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Piselli o carote cotte (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: mele, pere, uva, cachi, mandarini (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Mercoledì	Velutata di verdure con pastina o tubettini (60 g pastina/tubettini); Sec. I grado 100 g pastina/tubettini	Frittata con patate (Inf. 1 uovo; Prim. 2 uova); Sec. I grado 2 uova	Bietole (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: mele, pere, uva, cachi, mandarini (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Giovedì	Pasta al ragu' di carne (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Formaggio fresco morbido (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Cavolfiore (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: mele, pere, uva, cachi, mandarini (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Venerdì	Pasta e patate (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Merluzzo in umido (Inf. 70 g; Prim. 90 g); Sec. I grado 120 g	Insalata mista (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: mele, pere, uva, cachi, mandarini (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g

AUTUNNO



AUTUNNO - Settimana 3

Giorno	Primo	Secondo	Contorno	Frutta	Pane
Lunedì	Pasta al pomodoro (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Hamburger bovino (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Finocchi o verdure di stagione (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g Esempi: autunno: zucca, broccoli, cavolfiore, bietole, finocchi, spinaci (secondo disponibilità)	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: mele, pere, uva, cachi, mandarini (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Martedì	Risotto alla zucca (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Affettato magro (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Broccoli (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: mele, pere, uva, cachi, mandarini (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Mercoledì	Pasta al pomodoro (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Ricotta (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Spinaci (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: mele, pere, uva, cachi, mandarini (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Giovedì	Minestra di pasta e verdure (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Pollo al forno (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Carote cotte (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: mele, pere, uva, cachi, mandarini (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Venerdì	Pasta e patate con legumi (Inf. 60 g cereali + 20 g legumi secchi; Prim. 80 g cereali + 30 g legumi secchi); Sec. I grado 100 g cereali + 40 g legumi secchi	Bastoncini di pesce al forno (Inf. 70 g; Prim. 90 g); Sec. I grado 120 g	Cavolfiore (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: mele, pere, uva, cachi, mandarini (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g

AUTUNNO - Settimana 4

Giorno	Primo	Secondo	Contorno	Frutta	Pane
Lunedì	Pasta e piselli (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Frittata (Inf. 1 uovo; Prim. 2 uova); Sec. I grado 2 uova	Bietole (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: mele, pere, uva, cachi, mandarini (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Martedì	Riso al pomodoro (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Formaggio fresco (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Finocchi (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: mele, pere, uva, cachi, mandarini (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Mercoledì	Pasta al pomodoro (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Polpette di pesce in umido (Inf. 70 g; Prim. 90 g); Sec. I grado 120 g	Carote al vapore (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: mele, pere, uva, cachi, mandarini (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Giovedì	Pizza (60 g quota cereali); Sec. I grado 100 g quota cereali	Prosciutto cotto (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Patate al forno (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: mele, pere, uva, cachi, mandarini (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Venerdì	Risotto alle verdure (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Plattessa gratinata (Inf. 70 g; Prim. 90 g); Sec. I grado 120 g	Broccoli (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: mele, pere, uva, cachi, mandarini (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g

INVERNO

Frutta: arance, mandarini, mele, pere, kiwi (secondo disponibilità) | Verdure: broccoli, cavolfiore, finocchi, spinaci, bietole, carote (secondo disponibilità)

INVERNO - Settimana 1

Giorno	Primo	Secondo	Contorno	Frutta	Pane
Lunedì	Pasta al forno (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Affettato magro (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Carote cotte (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: arance, mandarini, mele, pere, kiwi (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Martedì	Risotto alla zucca (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Mozzarella (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Patate al forno (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: arance, mandarini, mele, pere, kiwi (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Mercoledì	Pasta e ceci (Inf. 60 g cereali + 20 g legumi secchi; Prim. 80 g cereali + 30 g legumi secchi); Sec. I grado 100 g cereali + 40 g legumi secchi	Frittata (Inf. 1 uovo; Prim. 2 uova); Sec. I grado 2 uova	Spinaci (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: arance, mandarini, mele, pere, kiwi (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Giovedì	Pizza (60 g quota cereali); Sec. I grado 100 g quota cereali	Tacchino arrosto (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Finocchi (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: arance, mandarini, mele, pere, kiwi (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Venerdì	Pasta al ragù vegetale (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Platessa al forno (Inf. 70 g; Prim. 90 g); Sec. I grado 120 g	Broccoli (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: arance, mandarini, mele, pere, kiwi (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g

INVERNO - Settimana 2

Giorno	Primo	Secondo	Contorno	Frutta	Pane
Lunedì	Pasta e lenticchie (Inf. 60 g cereali + 20 g legumi secchi; Prim. 80 g cereali + 30 g legumi secchi); Sec. I grado 100 g cereali + 40 g legumi secchi	Polpette al forno (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Verdure cotte a vapore (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: arance, mandarini, mele, pere, kiwi (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Martedì	Riso al parmigiano (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Pollo arrosto (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Piselli o carote cotte (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: arance, mandarini, mele, pere, kiwi (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Mercoledì	Vellutata di verdure con pastina o tubettini (60 g pastina/tubettini); Sec. I grado 100 g pastina/tubettini	Frittata con patate (Inf. 1 uovo; Prim. 2 uova); Sec. I grado 2 uova	Bietole (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: arance, mandarini, mele, pere, kiwi (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Giovedì	Pasta al ragù di carne (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Formaggio fresco morbido (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Cavolfiore (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: arance, mandarini, mele, pere, kiwi (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Venerdì	Pasta e patate (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Merluzzo in umido (Inf. 70 g; Prim. 90 g); Sec. I grado 120 g	Insalata mista (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: arance, mandarini, mele, pere, kiwi (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g



INVERNO

INVERNO - Settimana 3

Giorno	Primo	Secondo	Contorno	Frutta	Pane
Lunedì	Pasta al pomodoro (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Hamburger bovino (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Finocchi o verdure di stagione (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g Esempi: Inverno: broccoli, cavolfiore, finocchi, spinaci, bietole, carote (secondo disponibilità)	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: arance, mandarini, mele, pere, kiwi (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Martedì	Risotto alla zucca (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Affettato magro (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Broccoli (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: arance, mandarini, mele, pere, kiwi (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Mercoledì	Pasta al pomodoro (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Ricotta (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Spinaci (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: arance, mandarini, mele, pere, kiwi (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Giovedì	Minestra di pasta e verdure (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Pollo al forno (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Carote cotte (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: arance, mandarini, mele, pere, kiwi (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Venerdì	Pasta e patate con legumi (Inf. 60 g cereali + 20 g legumi secchi; Prim. 80 g cereali + 30 g legumi secchi); Sec. I grado 100 g cereali + 40 g legumi secchi	Bastoncini di pesce al forno (Inf. 70 g; Prim. 90 g); Sec. I grado 120 g	Cavolfiore (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: arance, mandarini, mele, pere, kiwi (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g

INVERNO - Settimana 4

Giorno	Primo	Secondo	Contorno	Frutta	Pane
Lunedì	Pasta e piselli (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Frittata (Inf. 1 uovo; Prim. 2 uova); Sec. I grado 2 uova	Bietole (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: arance, mandarini, mele, pere, kiwi (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Martedì	Riso al pomodoro (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Formaggio fresco (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Finocchi (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: arance, mandarini, mele, pere, kiwi (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Mercoledì	Pasta al pomodoro (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Polpette di pesce in umido (Inf. 70 g; Prim. 90 g); Sec. I grado 120 g	Carote al vapore (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: arance, mandarini, mele, pere, kiwi (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Giovedì	Pizza (60 g quota cereali); Sec. I grado 100 g quota cereali	Prosciutto cotto (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Patate al forno (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: arance, mandarini, mele, pere, kiwi (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g
Venerdì	Risotto alle verdure (Inf. 60 g; Prim. 80 g); Sec. I grado 100 g	Plattessa gratinata (Inf. 70 g; Prim. 90 g); Sec. I grado 120 g	Broccoli (Inf. 80 g; Prim. 120 g); Sec. I grado 150 g	Frutta di stagione (Inf. 100 g; Prim. 150 g); Sec. I grado 150 g Esempi: arance, mandarini, mele, pere, kiwi (secondo disponibilità)	Pane (Inf. 30 g; Prim. 50 g); Sec. I grado 60 g



Validazione

Nutrizionista/Dietista: Dott.ssa Anna Prete

Iscrizione Albo: CA - A1643 5/12/2022

Firma e Timbro: Anna Prete

Validazione ASP: _____

DOTT.SSA ANNA PRETE
BIOLOGA NUTRIZIONISTA
Via Roma, 80/A/1750
CE - 87100
Partita IVA: 03436670784

**POSTA CERTIFICATA: (Rif: 2026/177834 PROT) VIDIMAZIONE MENU'
SCUOLA DELL'INFANZIA, SCUOLA PRIMARIA, SCUOLA SECONDARIA DI
I° GRADO DEL COMUNE DI TORANO CASTELLO (CS) A.S. 2026/2027**

Mittente: protocollo@pec.asp.cosenza.it

Destinatari: protocollo.toranocastello@pec.it

Inviato il: 15/10/2026 10.33.57

Posizione: PEC istituzionale /Posta in ingresso

=== LISTA DEGLI ALLEGATI ===

MENU SCUOLA INFANZIA PRIMARIA SECONDARIA DI PRIMO GRADO COMUNE DI TORANO

Segnatura.xml ()

