



CITTÀ di FERRANDINA - Provincia di MATERA

SERVIZIO MENSE SCOLASTICHE

Tabella Dietetica per gli Alunni delle Scuole d'Infanzia, Primaria e Secondaria di 1° Grado

(Approvata dall'Azienda Sanitaria Locale di Matera - nota prot. 20160033062 del 14.04.2016)

| | LUNEDI' | MARTEDI' | MERCOLEDI' | GIOVEDI' | VENERDI' |
|----------------------|--|------------------------------|--|------------------------------|--------------------------------------|
| PRIMA SETTIMANA | Pasta e lenticchie | Pasta al forno | Pasta in brodo | Pasta al tonno e pomodoro | Pasta e piselli |
| | Ricotta di vacca spalmabile | Frittata | Straccetti di petto di pollo al limone | Prosciutto cotto | Bastoncini di merluzzo |
| | Insalata verde | Carote lesse | Bieta all'olio | Spinaci all'olio | Insalata mista |
| | Pane | Pane | Pane | Pane | Pane |
| | Frutta | Frutta | Frutta | Frutta | Frutta |
| SECONDA SETTIMANA | LUNEDI' | MARTEDI' | MERCOLEDI' | GIOVEDI' | VENERDI' |
| | Pastina e minestrone | Pasta al pomodoro | Pasta e piselli | Pasta al forno | Risotto di zucca gialla/zucchine |
| | Filetto di merluzzo gratinato al forno | Scaloppina di petto di pollo | Mozzarella | Prosciutto cotto | Straccetti di vitello alla pizzaiola |
| | Patate al forno | Spinaci all'olio | Carote | Fagiolini lessi | Zucchine lesse |
| | Pane | Pane | Pane | Pane | Pane |
| TERZA SETTIMANA | LUNEDI' | MARTEDI' | MERCOLEDI' | GIOVEDI' | VENERDI' |
| | Pasta e fagioli | Pasta al pomodoro | Gateau di patate | Pasta al pomodoro | Pasta e zucchine o crema di zucchine |
| | Bastoncini al forno | Cotoletta di petto di pollo | Frittata al forno | Rotolo di tacchino | Ricotta di vacca spalmabile |
| | Insalata mista | Bieta all'olio | Carote lesse | Spinaci all'olio | Insalata verde |
| | Pane | Pane | Pane | Pane | Pane |
| QUARTA SETTIMANA | LUNEDI' | MARTEDI' | MERCOLEDI' | GIOVEDI' | VENERDI' |
| | Pasta e ceci | Pasta al forno | Risotto agli spinaci | Pasta al pomodoro | Pasta e tonno |
| | Mozzarella | Fesa di tacchino | Filetta di platessa/merluzzo | Polpette di vitello al forno | Frittata al forno |
| | Pomodori in insalata | Carote lesse | Crocchette di patate al forno | Finocchi gratinati al forno | Zucchine lesse |
| | Pane | Pane | Pane | Pane | Pane |
| | Frutta | Frutta | Frutta | Frutta | Frutta |



CITTÀ di FERRANDINA - Provincia di MATERA

SERVIZIO MENSE SCOLASTICHE

Tabella Dietetica per gli Alunni delle Scuole d'Infanzia

(Approvata dall'Azienda Sanitaria Locale di Matera - nota prot. 20160033062 del 14.04.2016)

| PRIMA SETTIMANA | | | | | | | | | |
|-----------------------------|-------|---------------------------|-------|--|-------|---------------------------|-------|---------------------------|-------|
| LUNEDI' | | MARTEDI' | | MERCOLEDI' | | GIOVEDI' | | VENERDI' | |
| Pasta e lenticchie | | Pasta al forno | | Pasta in brodo | | Pasta al tonno e pomodoro | | Pasta e piselli | |
| Ricotta di vacca spalmabile | | Frittata | | Straccetti di petto di pollo al limone | | Prosciutto cotto | | Bastoncini di merluzzo | |
| Insalata verde | | Carote lesse | | Bieta all'olio | | Spinaci all'olio | | Insalata mista | |
| Pane | | Pane | | Pane | | Pane | | Pane | |
| Frutta | | Frutta | | Frutta | | Frutta | | Frutta | |
| | gr. | | gr. | | gr. | | gr. | | gr. |
| Pasta | 40 | Pasta | 40 | Pasta | 40 | Pasta | 50 | Pasta | 40 |
| Lenticchie secche | 10 | Pomodori pelari | 20 | Parmigiano/grana | 5 | Pomodori pelati | 20 | Piselli surgelati | 10 |
| Pomodori pelati | 20 | Scamorza+prosciutto cot. | 10+10 | Olio EVO | 5 | Tonno al naturale | 15 | Parmigiano/grana | 5 |
| Parmigiano/grana | 5 | Parmigiano/grana | 5 | | | Parmigiano/grana | 5 | Olio EVO | 5 |
| Olio EVO | 5 | Olio EVO | 5 | | | Olio EVO | 5 | | |
| | | Uova | 80 | Petto di pollo | 50 | | | | |
| Ricotta di vacca spalmax. | 50 | Olio EVO | 5 | Farina/limone | q.b. | Prosciutto cotto | 50 | Bastoncini di merluzzo | n. 3 |
| | | Latte | q.b. | Olio EVO | 5 | | | Olio EVO | 5 |
| | | | | | | | | | |
| Insalata verde | 30 | Carote | 100 | Bieta | 100 | Spinaci | 100 | Insalata mista | 30 |
| Olio EVO | 5 | Olio EVO | 5 | Olio EVO | 5 | Olio EVO | 5 | Olio EVO | 5 |
| | | Limone/prezzemolo | q.b. | Limone | q.b. | Limone | q.b. | Limone | q.b. |
| Pane | 30 | Pane | 30 | Pane | 30 | Pane | 30 | Pane | 30 |
| Frutta fresca di stagione | 100 | Frutta fresca di stagione | 100 | Frutta fresca di stagione | 100 | Frutta fresca di stagione | 100 | Frutta fresca di stagione | 100 |
| Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl |



CITTÀ di FERRANDINA - Provincia di MATERA

SERVIZIO MENSE SCOLASTICHE

Tabella Dietetica per gli Alunni delle Scuole d'Infanzia

(Approvata dall'Azienda Sanitaria Locale di Matera - nota prot. 20160033062 del 14.04.2016)

| SECONDA SETTIMANA | | | | | | | | | | | |
|--|-------|------------------------------|-------|---------------------------|-------|---------------------------|-------|--------------------------------------|-----|--|-------|
| LUNEDI' | | MARTEDI' | | MERCOLEDI' | | GIOVEDI' | | VENERDI' | | | |
| Pastina e minestrone | | Pasta al pomodoro | | Pasta e piselli | | Pasta al forno | | Risotto di zucca gialla/zucchine | | | |
| Filetto di merluzzo gratinato al forno | | Scaloppina di petto di pollo | | Mozzarella | | Prosciutto cotto | | Straccetti di vitello alla pizzaiola | | | |
| Patate al forno | | Spinaci all'olio | | Carote | | Fagiolini lessi | | Zucchine lesse | | | |
| Pane | | Pane | | Pane | | Pane | | Pane | | | |
| Frutta | | Frutta | | Frutta | | Frutta | | Frutta | | | |
| | gr. | | gr. | | gr. | | gr. | | gr. | | gr. |
| Pasta | 40 | Pasta | 40 | Pasta | 40 | Pasta | 40 | Riso | | | 50 |
| Minestrone surgelato | 20 | Pomodori pelati | 20 | Piselli surgelati | 10 | Pomodori pelati | 20 | Zucca gialla/zucchine | | | 70 |
| Parmigiano/grana | 5 | Parmigiano/grana | 5 | Parmigiano/grana | 5 | Scamorza+prosciutto cot. | 10+10 | Parmigiano/grana | | | 5 |
| Olio EVO | 5 | Olio EVO | 10 | Olio EVO | 5 | Parmigiano/grana | 5 | Olio EVO | | | 5 |
| | | | | | | Olio EVO | 5 | | | | |
| Filetto di merluzzo | 60 | Petto di pollo | 50 | Mozzarella | 50 | Prosciutto cotto | 50 | Carne di vitello magra | | | 50 |
| Pangrattato/mollica | q.b. | Olio EVO | 10 | | | | | Pomodori pelati | | | 20 |
| Prezemolo/aromi | q.b. | Limone | q.b. | | | | | Olio EVO | | | 5 |
| Olio EVO | 5 | Farina | q.b. | | | | | Origano/aromi | | | q.b. |
| Patate | 100 | Spinaci | 100 | Carote | 100 | Fagiolini lessi | 100 | Zucchine | | | 100 |
| Olio EVO | 5 | Olio EVO | 10 | Olio EVO | 5 | Olio EVO | 5 | Olio EVO | | | 5 |
| | | Limone | q.b. | Limone | q.b. | Limone | q.b. | Limone | | | q.b. |
| Pane | 30 | Pane | 30 | Pane | 30 | Pane | 30 | Pane | | | 30 |
| Frutta fresca di stagione | 100 | Frutta fresca di stagione | 100 | Frutta fresca di stagione | 100 | Frutta fresca di stagione | 100 | Frutta fresca di stagione | | | 100 |
| Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl | Acqua | | | 50 cl |



CITTÀ di FERRANDINA - Provincia di MATERA

SERVIZIO MENSE SCOLASTICHE

Tabella Dietetica per gli Alunni delle Scuole d'Infanzia

(Approvata dall'Azienda Sanitaria Locale di Matera - nota prot. 20160033062 del 14.04.2016)

| TERZA SETTIMANA | | | | | | | | | | | |
|---------------------------|-------|-----------------------------|-------|---------------------------|-------|---------------------------|-------|--------------------------------------|-------|--|--|
| LUNEDI' | | MARTEDI' | | MERCOLEDI' | | GIOVEDI' | | VENERDI' | | | |
| Pasta e fagioli | | Pasta al pomodoro | | Gateau di patate | | Pasta al pomodoro | | Pasta e zucchini o crema di zucchini | | | |
| Bastoncini al forno | | Cotoletta di petto di pollo | | Frittata al forno | | Rotolo di tacchino | | Ricotta di vacca spalmabile | | | |
| Insalata mista | | Bieta all'olio | | Carote lesse | | Spinaci all'olio | | Insalata Verde | | | |
| Pane | | Pane | | Pane | | Pane | | Pane | | | |
| Frutta | | Frutta | | Frutta | | Frutta | | Frutta | | | |
| | gr. | | gr. | | gr. | | gr. | | gr. | | |
| Pasta | 40 | Pasta | 50 | Patate | 200 | Pasta | 50 | Pasta | 40 | | |
| Fagioli secchi | 10 | Pomodori pelati | 20 | prosciutto cotto + scam. | 20+20 | Pomodori pelati | 20 | Pomodori pelati | 20 | | |
| Pomodori pelati | 20 | Parmigiano/grana | 5 | Parmigiano/grana | 5 | Parmigiano/grana | 5 | Zucchini | 30 | | |
| Parmigiano/grana | 5 | Olio EVO | 5 | Olio EVO | 10 | Olio EVO | 5 | Parmigiano/grana | 5 | | |
| Olio EVO | 5 | | | Pangrattato/latte | q.b. | | | Olio EVO | 5 | | |
| | | | | | | | | | | | |
| Bastoncini di merluzzo | n. 3 | Petto di pollo | 50 | Uova | 60 | Tacchino | 60 | Ricotta di vacca spalmab. | 100 | | |
| | | Pangrattato/uovo | q.b. | Scamorza | 10 | Olio EVO | 5 | | | | |
| | | Olio EVO | 5 | Olio EVO | 5 | | | | | | |
| Insalata mista | 30 | Bieta | 100 | Latte | q.b. | Spinaci | 100 | Insalata verde | 30 | | |
| Olio EVO | 5 | Olio EVO | 5 | Carote | 100 | Olio EVO | 5 | Olio EVO | 5 | | |
| Limone | q.b. | Limone | q.b. | Olio EVO | 5 | Limone | q.b. | Limone | q.b. | | |
| Pane | 30 | Pane | 30 | Pane | 30 | Pane | 30 | Pane | 30 | | |
| Frutta fresca di stagione | 100 | Frutta fresca di stagione | 100 | Frutta fresca di stagione | 100 | Frutta fresca di stagione | 100 | Frutta fresca di stagione | 100 | | |
| Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl | | |



CITTÀ di FERRANDINA - Provincia di MATERA

SERVIZIO MENSE SCOLASTICHE

Tabella Dietetica per gli Alunni delle Scuole d'Infanzia

(Approvata dall'Azienda Sanitaria Locale di Matera - nota prot. 20160033062 del 14.04.2016)

| QUARTA SETTIMANA | | | | | | | | | |
|---------------------------|-------|---------------------------|-------|-------------------------------|-------|------------------------------|-------|---------------------------|-------|
| LUNEDI' | | MARTEDI' | | MERCOLEDI' | | GIOVEDI' | | VENERDI' | |
| Pasta e ceci | | Pasta al forno | | Risotto agli spinaci | | Pasta al pomodoro | | Pasta e tonno | |
| Mozzarella | | Fesa di tacchino | | Filetto di platessa/merluzzo | | Polpette di vitello al forno | | Frittata al forno | |
| Pomodori in insalata | | Carote lesse | | Crocchette di patate al forno | | Finocchi gratinati al forno | | Zucchine lesse | |
| Pane | | Pane | | Pane | | Pane | | Pane | |
| Frutta | | Frutta | | Frutta | | Frutta | | Frutta | |
| | gr. | | gr. | | gr. | | gr. | | gr. |
| Pasta | 40 | Pasta | 40 | Riso | 40 | Pasta | 50 | Pasta | 50 |
| Ceci secchi | 10 | Pomodori pelati | 20 | Spinaci | 20 | Pomodori pelati | 20 | Pomodori pelati | 20 |
| Pomodori pelati | 20 | prosciutto cotto + scam. | 10+10 | Parmigiano/grana | 5 | Parmigiano/grana | 5 | Tonno al naturale | 15 |
| Parmigiano/grana | 5 | Parmigiano/grana | 5 | Olio EVO | 10 | Olio EVO | 5 | Parmigiano/grana | 5 |
| Olio EVO | 5 | Olio EVO | 5 | | | | | Olio EVO | 5 |
| | | | | | | Carne di vitello macinata | 50 | | |
| Mozzarella | 50 | Fesa di tacchino | 50 | Filetto di platessa/merl. | 70 | Pangrattato/latte | q.b. | Uova | 60 |
| | | | | Pomodori pelati | 30 | Scamorza | 10 | Scamorza | 10 |
| | | | | Olio EVO | 10 | Olio EVO | 5 | Olio EVO | 5 |
| Pomodori in insalata | 100 | Carore | 100 | Aromi/origano | q.b. | Finocchi | 150 | Zucchine | 100 |
| Olio EVO | 5 | Olio EVO | 5 | Crocchette di patate | 40 | Olio EVO | 5 | Olio EVO | 5 |
| Origano | q.b. | Limone | q.b. | | | Pangrattato/mollica pane | q.b. | Limone | q.b. |
| Pane | 30 | Pane | 30 | Pane | 30 | Pane | 30 | Pane | 30 |
| Frutta fresca di stagione | 100 | Frutta fresca di stagione | 100 | Frutta fresca di stagione | 100 | Frutta fresca di stagione | 100 | Frutta fresca di stagione | 100 |
| Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl |



CITTÀ di FERRANDINA - Provincia di MATERA

SERVIZIO MENSE SCOLASTICHE

Tabella Dietetica per gli Alunni della Scuola Primaria

(Approvata dall'Azienda Sanitaria Locale di Matera - nota prot. 20160033062 del 14.04.2016)

| PRIMA SETTIMANA | | | | | | | | | | | |
|-----------------------------|-------|---------------------------|-------|--|-------|---------------------------|-------|---------------------------|-------|---------------------------|-------|
| LUNEDI' | | MARTEDI' | | MERCOLEDI' | | GIOVEDI' | | VENERDI' | | | |
| Pasta e lenticchie | | Pasta al forno | | Pasta in brodo | | Pasta al tonno e pomodoro | | Pasta e piselli | | | |
| Ricotta di vacca spalmabile | | Frittata | | Straccetti di petto di pollo al limone | | Prosciutto cotto | | Bastoncini di merluzzo | | | |
| Insalata verde | | Carote lesse | | Bieta all'olio | | Spinaci all'olio | | Insalata mista | | | |
| Pane | | Pane | | Pane | | Pane | | Pane | | | |
| Frutta | | Frutta | | Frutta | | Frutta | | Frutta | | | |
| | gr. | | gr. | | gr. | | gr. | | gr. | | gr. |
| Pasta | 50 | Pasta | 50 | Pasta | 50 | Pasta | 60 | Pasta | 60 | Pasta | 50 |
| Lenticchie secche | 20 | Pomodori pelati | 30 | Parmigiano/grana | 5 | Pomodori pelati | 30 | Piselli surgelati | 30 | Piselli surgelati | 20 |
| Pomodori pelati | 30 | Scamorza+prosciutto cot. | 20+20 | Olio EVO | 10 | Tonno al naturale | 20 | Parmigiano/grana | 20 | Parmigiano/grana | 5 |
| Parmigiano/grana | 5 | Parmigiano/grana | 5 | | | Parmigiano/grana | 5 | Olio EVO | 5 | Olio EVO | 5 |
| Olio EVO | 10 | Olio EVO | 5 | | | Olio EVO | 5 | | 5 | | |
| | | Uova | 80 | Petto di pollo | 60 | | | | | | |
| Ricotta di vacca spalmab. | 60 | Olio EVO | 5 | Farina/limone | q.b. | Prosciutto cotto | 60 | Bastoncini di merluzzo | n. 4 | Bastoncini di merluzzo | n. 4 |
| | | Latte | q.b. | Olio EVO | 5 | | | Olio EVO | 5 | Olio EVO | 5 |
| | | | | | | Spinaci | 150 | | | | |
| Insalata verde | 40 | Carote | 150 | Bieta | 150 | Aromi/origano | q.b. | Insalata mista | 40 | Insalata mista | 40 |
| Olio EVO | 5 | Olio EVO | 5 | Olio EVO | 5 | Olio EVO | 5 | Olio EVO | 5 | Olio EVO | 5 |
| | | Lomone/prezzemolo | q.b. | Limone | q.b. | Limone | q.b. | Limone | q.b. | Limone | q.b. |
| Pane | 40 | Pane | 40 | Pane | 40 | Pane | 40 | Pane | 40 | Pane | 40 |
| Frutta fresca di stagione | 150 | Frutta fresca di stagione | 150 | Frutta fresca di stagione | 150 | Frutta fresca di stagione | 150 | Frutta fresca di stagione | 150 | Frutta fresca di stagione | 150 |
| Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl |



CITTÀ di FERRANDINA - Provincia di MATERA

SERVIZIO MENSE SCOLASTICHE

Tabella Dietetica per gli Alunni della Scuola Primaria

(Approvata dall'Azienda Sanitaria Locale di Matera - nota prot. 20160033062 del 14.04.2016)

| SECONDA SETTIMANA | | | | | | | | | | | |
|--|-------|------------------------------|-------|---------------------------|-------|---------------------------|-------|--------------------------------------|-------|--|-------|
| LUNEDI' | | MARTEDI' | | MERCOLEDI' | | GIOVEDI' | | VENERDI' | | | |
| Pastina e minestrone | | Pasta al pomodoro | | Pasta e piselli | | Pasta al forno | | Risotto di zucca gialla/zucchine | | | |
| Filetto di merluzzo gratinato al forno | | Scaloppina di petto di pollo | | Mozzarella | | Prosciutto cotto | | Straccetti di vitello alla pizzaiola | | | |
| Patate al forno | | Spinaci all'olio | | Carote | | Fagiolini lessi | | Zucchine lesse | | | |
| Pane | | Pane | | Pane | | Pane | | Pane | | | |
| Frutta | | Frutta | | Frutta | | Frutta | | Frutta | | | |
| | gr. | | gr. | | gr. | | gr. | | gr. | | gr. |
| Pasta | 50 | Pasta | 60 | Pasta | 50 | Pasta | 50 | Riso | 50 | | 50 |
| Minestrone surgelato | 30 | Pomodori pelati | 30 | Piselli surgelati | 20 | Pomodori pelati | 30 | Zucca gialla/zucchine | 30 | | 80 |
| Parmigiano/grana | 5 | Parmigiano/grana | 5 | Parmigiano/grana | 5 | Scamorza+prosciutto cot. | 20+20 | Parmigiano/grana | 20+20 | | 5 |
| Olio EVO | 5 | Olio EVO | 10 | Olio EVO | 5 | Parmigiano/grana | 5 | Olio EVO | 5 | | 10 |
| | | | | | | Olio EVO | 5 | | 5 | | |
| Filetto di merluzzo | 70 | Petto di pollo | 60 | Mozzarella | 70 | Prosciutto cotto | 60 | Carne di vitello magra | 60 | | 60 |
| Pangrattato/mollica | q.b. | Olio EVO | 10 | | | | | Pomodori pelati | 20 | | 20 |
| Prezemolo/aromi | q.b. | Limone | q.b. | | | | | Olio EVO | 5 | | 5 |
| Olio EVO | 5 | Farina | q.b. | | | | | Origano/aromi | q.b. | | q.b. |
| Patate | 150 | Spinaci | 150 | Carote | 150 | Fagiolini lessi | 150 | Zucchine | 150 | | 150 |
| Olio EVO | 5 | Olio EVO | 10 | Olio EVO | 5 | Olio EVO | 5 | Olio EVO | 5 | | 5 |
| | | Limone | q.b. | Limone | q.b. | Limone | q.b. | Limone | q.b. | | q.b. |
| Pane | 40 | Pane | 40 | Pane | 40 | Pane | 40 | Pane | 40 | | 40 |
| Frutta fresca di stagione | 150 | Frutta fresca di stagione | 150 | Frutta fresca di stagione | 150 | Frutta fresca di stagione | 150 | Frutta fresca di stagione | 150 | | 150 |
| Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl | | 50 cl |



CITTÀ di FERRANDINA - Provincia di MATERA

SERVIZIO MENSE SCOLASTICHE

Tabella Dietetica per gli Alunni della Scuola Primaria

(Approvata dall'Azienda Sanitaria Locale di Matera - nota prot. 20160033062 del 14.04.2016)

| TERZA SETTIMANA | | | | | | | | | |
|---------------------------|-------|-----------------------------|-------|---------------------------|-------|---------------------------|-------|--------------------------------------|-------|
| LUNEDI' | | MARTEDI' | | MERCOLEDI' | | GIOVEDI' | | VENERDI' | |
| Pasta e fagioli | | Pasta al pomodoro | | Gateau di patate | | Pasta al pomodoro | | Pasta e zucchine o crema di zucchine | |
| Bastoncini al forno | | Cotoletta di petto di pollo | | Frittata al forno | | Rotolo di tacchino | | Ricotta di vacca spalmabile | |
| Insalata mista | | Bieta all'olio | | Carote lesse | | Spinaci all'olio | | Insalata Verde | |
| Pane | | Pane | | Pane | | Pane | | Pane | |
| Frutta | | Frutta | | Frutta | | Frutta | | Frutta | |
| | gr. | | gr. | | gr. | | gr. | | gr. |
| Pasta | 50 | Pasta | 60 | Patate | 250 | Pasta | 60 | Pasta | 50 |
| Fagioli secchi | 20 | Pomodori pelati | 30 | prosciutto cotto + scam. | 30+30 | Pomodori pelati | 30 | Pomodori pelati | 20 |
| Pomodori pelati | 20 | Parmigiano/grana | 5 | Parmigiano/grana | 5 | Parmigiano/grana | 5 | Zucchine | 30 |
| Parmigiano/grana | 5 | Olio EVO | 10 | Olio EVO | 10 | Olio EVO | 10 | Parmigiano/grana | 5 |
| Olio EVO | 10 | | | Pangrattato/latte | q.b. | | | Olio EVO | 10 |
| | | | | | | | | | |
| Bastoncini di merluzzo | n. 4 | Petto di pollo | 60 | Uova | 80 | Tacchino | | Ricotta di vacca spalmab. | 150 |
| | | Pangrattato/uovo | q.b. | Scamorza | 20 | Olio EVO | 5 | | |
| | | Olio EVO | 5 | Olio EVO | 5 | | | | |
| Insalata mista | 40 | Bieta | 150 | Latte | q.b. | Spinaci | 150 | Insalata verde | 40 |
| Olio EVO | 5 | Olio EVO | 5 | Carote | 150 | Olio EVO | 5 | Olio EVO | 5 |
| Limone | q.b. | Limone | q.b. | Olio EVO | 5 | Limone | q.b. | Limone | q.b. |
| Pane | 40 | Pane | 40 | Pane | 40 | Pane | 40 | Pane | 40 |
| Frutta fresca di stagione | 150 | Frutta fresca di stagione | 150 | Frutta fresca di stagione | 150 | Frutta fresca di stagione | 150 | Frutta fresca di stagione | 150 |
| Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl |



CITTÀ di FERRANDINA - Provincia di MATERA

SERVIZIO MENSE SCOLASTICHE

Tabella Dietetica per gli Alunni della Scuola Primaria

(Approvata dall'Azienda Sanitaria Locale di Matera - nota prot. 20160033062 del 14.04.2016)

| QUARTA SETTIMANA | | | | | | | | | | | |
|---------------------------|-------|---------------------------|-------|-------------------------------|-------|------------------------------|-------|---------------------------|-------|--|-------|
| LUNEDI' | | MARTEDI' | | MERCOLEDI' | | GIOVEDI' | | VENERDI' | | | |
| Pasta e ceci | | Pasta al forno | | Risotto agli spinaci | | Pasta al pomodoro | | Pasta e tonno | | | |
| Mozzarella | | Fesa di tacchino | | Filetto di platessa/merluzzo | | Polpette di vitello al forno | | Frittata al forno | | | |
| Pomodori in insalata | | Carote lesse | | Crocchette di patate al forno | | Finocchi gratinati al forno | | Zucchine lesse | | | |
| Pane | | Pane | | Pane | | Pane | | Pane | | | |
| Frutta | | Frutta | | Frutta | | Frutta | | Frutta | | | |
| | gr. | | gr. | | gr. | | gr. | | gr. | | gr. |
| Pasta | 50 | Pasta | 50 | Riso | 50 | Pasta | 60 | Pasta | 60 | | 60 |
| Ceci secchi | 20 | Pomodori pelati | 30 | Spinaci | 30 | Pomodori pelati | 30 | Pomodori pelati | 30 | | 30 |
| Pomodori pelati | 30 | prosciutto cotto + scam. | 20+20 | Parmigiano/grana | 5 | Parmigiano/grana | 5 | Tonno al naturale | 5 | | 20 |
| Parmigiano/grana | 5 | Parmigiano/grana | 5 | Olio EVO | 10 | Olio EVO | 10 | Parmigiano/grana | 5 | | 5 |
| Olio EVO | 5 | Olio EVO | 5 | | | | | Olio EVO | | | 10 |
| | | | | | | Carne di vitello macinata | 60 | Uova | | | 80 |
| Mozzarella | 60 | Fesa di tacchino | 60 | Filetto di platessa/merl. | 80 | Pangrattato/latte | q.b. | Scamorza | q.b. | | 20 |
| | | | | Pomodori pelati | 40 | Scamorza | 20 | Olio EVO | 20 | | 5 |
| | | | | Olio EVO | 10 | Olio EVO | 5 | Latte | 5 | | q.b. |
| Pomodori in insalata | 150 | Carote | 150 | Aromi/origano | q.b. | Finocchi | 150 | Zucchine | 150 | | 150 |
| Olio EVO | 5 | Olio EVO | 5 | Crocchette di patate | 60 | Olio EVO | 5 | Olio EVO | 5 | | 5 |
| Origano | q.b. | Limone | q.b. | | | Pangrattato/mollica pane | q.b. | Limone | q.b. | | q.b. |
| Pane | 40 | Pane | 40 | Pane | 40 | Pane | 40 | Pane | 40 | | 40 |
| Frutta fresca di stagione | 150 | Frutta fresca di stagione | 150 | Frutta fresca di stagione | 150 | Frutta fresca di stagione | 150 | Frutta fresca di stagione | 150 | | 150 |
| Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl | Acqua | 50 cl | | 50 cl |