



Comune di Serrenti

MENU E GRAMMATURE PER LE SCUOLE DELL'INFANZIA - PRIMARIA

Allegato n° 1

SERVIZI SOCIALI - PUBBLICA ISTRUZIONE

Tabella dietetica

	Prima Settimana	Seconda Settimana	Terza Settimana	Quarta Settimana
LUNEDI'	Passato di verdure (con pasta o crostini) Porzioni: Infanzia 30 gr Primaria 30 gr	Pasta al pomodoro e basilico Porzioni: Infanzia 60 gr Primaria 70 gr	Pasta al pesto Porzioni: Infanzia 60 gr Primaria 70 gr	Malloreddus alla campidanese Porzioni: Infanzia 60 gr Primaria 70 gr
	Merluzzo panato al forno Porzioni: Infanzia gr 70 Primaria 100	Mozzarella e pomodoro (caprese) Porzioni: Infanzia 50+50 gr Primaria 60+100 gr	Bastoncini di pesce al forno Porzioni: Infanzia 3 pz Primaria 4 pz	Formaggio sardo fresco o a brevissima stagionatura Porzioni: Infanzia 30 gr Primaria 40 gr
	Patate in verde Porzioni: Infanzia 130 gr Primaria 150 gr		Insalata di verdure Porzioni: Infanzia 40 gr Primaria 50 gr	Insalata di verdure miste Porzioni: Infanzia 40 gr Primaria 50 gr
	Pane Porzioni: Infanzia 30 gr Primaria 30 gr	Pane tipico sardo Porzioni: Infanzia 50 gr Primaria 60 gr	Pane Porzioni: Infanzia 50 gr Primaria 60 gr	Pane tipico sardo Porzioni: Infanzia 50 gr Primaria 60 gr
	Frutta fresca di stagione Porzioni: Infanzia 150 gr Primaria 150 gr	Frutta fresca di stagione Porzioni: Infanzia 150 gr Primaria 150 gr	Frutta fresca di stagione Porzioni: Infanzia 150 gr Primaria 150 gr	Frutta fresca di stagione Porzioni: Infanzia 150 gr Primaria 150 gr
MARTEDI'	Ravioli al pomodoro Porzioni: Infanzia 50 gr Primaria 60 gr	Risotto al burro e parmigiano Porzioni: Infanzia 60 gr Primaria 70 gr	Minestrina di brodo di carne Porzioni: Infanzia 30 gr Primaria 30 gr	Zuppa di verdure e legumi con pasta o crostini Porzioni: Infanzia 30 gr Primaria 30 gr
	Cotoletta di pollo alla milanese al forno Porzioni: Infanzia 70 gr Primaria 80 gr	Platessa o merluzzo alla parmigiana Porzioni: Infanzia 70 gr Primaria 100 gr	Cosce di pollo arrosto Porzioni: Infanzia 60 gr Primaria 70 gr	Spezzatino con patate e carote (carne di bovino)* Porzioni: Infanzia 70 gr Primaria 80 gr
	Insalata di verdure Porzioni: Infanzia 40 gr Primaria 50 gr	Insalata di verdure Porzioni: Infanzia 40 gr Primaria 50 gr	Insalata di verde Porzioni: Infanzia 40 gr Primaria 50 gr	
	Pane Porzioni: Infanzia 50 gr Primaria 60 gr	Pane Porzioni: Infanzia 50 gr Primaria 60 gr	Pane Porzioni: Infanzia 50 gr Primaria 60 gr	Pane Porzioni: Infanzia 50 gr Primaria 60 gr
	Frutta fresca di stagione Porzioni: Infanzia 150 gr Primaria 150 gr	Frutta fresca di stagione Porzioni: Infanzia 150 gr Primaria 150 gr	Frutta fresca di stagione Porzioni: Infanzia 150 gr Primaria 150 gr	Frutta fresca di stagione Porzioni: Infanzia 150 gr Primaria 150 gr
MERCOLEDI'	Riso allo zafferano (produzione locale) Porzioni: Infanzia 60 gr Primaria 70 gr	Minestrone di lenticchie con fregola sarda Porzioni: Infanzia 30 gr Primaria 30 gr	Lasagne al forno Porzioni: Infanzia 120 gr Primaria 150 gr	Pizza margherita Porzioni: Infanzia 100 gr Primaria 120 gr
	Formaggio sardo fresco o a brevissima stagionatura Porzioni: Infanzia 30 gr Primaria 40 gr	Polpette al sugo (carne di bovino* e maiale) Porzioni: Infanzia 70 gr Primaria 80 gr	Prosciutto cotto Porzioni: Infanzia 30 gr Primaria 40 gr	Prosciutto cotto Porzioni: Infanzia 30 gr Primaria 40 gr
	Verdura cotta Porzioni: Infanzia 80 gr Primaria 130 gr	Carote a spicchi Porzioni: Infanzia 50 gr Primaria 50 gr	Verdura cotta Porzioni: Infanzia 80 gr Primaria 130 gr	Carote a spicchi Porzioni: Infanzia 40 gr Primaria 50 gr
	Pane tipico sardo Porzioni: Infanzia 50 gr Primaria 60 gr	Pane Porzioni: Infanzia 50 gr Primaria 60 gr	Pane Porzioni: Infanzia 30 gr Primaria 30 gr	Pane Porzioni: Infanzia 30 gr Primaria 30 gr
	Frutta fresca di stagione Porzioni: Infanzia 150 gr Primaria 150 gr	Frutta fresca di stagione Porzioni: Infanzia 150 gr Primaria 150 gr	Frutta fresca di stagione Porzioni: Infanzia 150 gr Primaria 150 gr	Macedonia Porzioni: Infanzia 150 gr Primaria 150 gr
GIOVEDI'	Pasta al tonno e pomodoro Porzioni: Infanzia 60 gr Primaria 70 gr	Pasta olio e parmigiano Porzioni: Infanzia 60 gr Primaria 70 gr	Passato di verdure (con pasta o crostini) Porzioni: Infanzia 30 gr Primaria 30 gr	Risotto alle verdure (di stagione) Porzioni: Infanzia 60 gr Primaria 70 gr
	scaloppine alla pizzaiola (carne di bovino*) Porzioni: Infanzia 70 gr Primaria 80 gr	Salsiccia di pollo e tacchino Porzioni: Infanzia 50 gr Primaria 60 gr	Arrosto di maiale al forno Porzioni: Infanzia 70 gr Primaria 80 gr	polpette in bianco (carne di bovino* e maiale) Porzioni: Infanzia 60 gr Primaria 70 gr
	Carote a spicchi Porzioni: Infanzia 50 gr Primaria 50 gr	Patate al forno Porzioni: Infanzia 130 gr Primaria 150 gr	Patate lesse Porzioni: Infanzia 130 gr Primaria 150 gr	Insalata con carote Porzioni: Infanzia 40 gr Primaria 50 gr
	Pane Porzioni: Infanzia 50 gr Primaria 60 gr	Pane Porzioni: Infanzia 50 gr Primaria 30 gr	Pane Porzioni: Infanzia 30 gr Primaria 30 gr	Pane Porzioni: Infanzia 50 gr Primaria 60 gr
	Frutta fresca di stagione Porzioni: Infanzia 150 gr Primaria 150 gr	Frutta fresca di stagione Porzioni: Infanzia 150 gr Primaria 150 gr	Frutta fresca di stagione Porzioni: Infanzia 150 gr Primaria 150 gr	Frutta fresca di stagione Porzioni: Infanzia 150 gr Primaria 150 gr
VENERDI'	Lasagne al forno Porzioni: Infanzia 60 gr Primaria 70 gr	Pasta al ragù Porzioni: Infanzia 60 gr Primaria 70 gr	Ravioli al pomodoro Porzioni: Infanzia 50 gr Primaria 60 gr	Pasta al burro e parmigiano Porzioni: Infanzia 60 gr Primaria 70 gr
	Uovo sodo Porzioni: Infanzia 1gr Primaria 1 gr	Frittata con verdura al forno Porzioni: 1 uovo Primaria 1 uovo	Platessa o merluzzo alla parmigiana Porzioni: Infanzia 70 gr Primaria 100 gr	Insalatona con tonno e patate Porzioni: Infanzia 40+120+30 gr Primaria 50
	Insalata di verde Porzioni: Infanzia 40 gr Primaria 50 gr	Pane Porzioni: Infanzia 30 gr Primaria 30 gr	Carote a spicchi Porzioni: Infanzia 50 gr Primaria 50 gr	Pane Porzioni: Infanzia 30 gr Primaria 30 gr
	Pane Porzioni: Infanzia 30 gr Primaria 30 gr	Frutta fresca di stagione Porzioni: Infanzia 150 gr Primaria 150 gr	Pane tipico sardo Porzioni: Infanzia 50 gr Primaria 60 gr	Frutta fresca di stagione Porzioni: Infanzia 150 gr Primaria 150 gr
	Frutta fresca di stagione Porzioni: Infanzia 150 gr Primaria 150 gr	Dolce della casa Porzioni: Infanzia 35 gr Primaria 45 gr	Frutta fresca di stagione Porzioni: Infanzia 150 gr Primaria 150 gr	Dolce della casa Porzioni: Infanzia 35 gr Primaria 45 gr

N.B. Saranno utilizzati formaggi da grattugia a base di latte di pecora con basso contenuto di sale, al posto del Parmigiano Reggiano e del Grana Padano.

Nei mesi di ottobre, aprile, maggio e giugno, una volta la settimana, in sostituzione della frutta, verrà dato il gelato.

