



DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE – SIAN TIRRENO
ASP di COSENZA
 Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

TABELLA PRIMAVERA/ESTATE PER LA SCUOLA DELL'INFANZIA

1° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	Minestra di riso e patate Petti di pollo al latte Zucchine a julienne Pane integrale Frutta	Pasta al pomodoro Scaloppine al limone Piselli e carote Pane Frutta	Cannelloni ricotta e spinaci Finocchi in insalata Pane Frutta	Gnocchi al pomodoro Frittata alle verdure Insalata Pane Frutta #####	Riso al parmigiano Sogliola al forno Fagiolini Pane Frutta
2° SETTIMANA	Pasta con zucchine Caprese Fagiolini Pane Frutta	Risotto con radicchio Pesce in umido Spinaci Pane Frutta	Pasta agli aromi Fesa di tacchino al latte Lattuga Pane integrale Frutta	Crepes ai piselli Pomodori Pane frutta	Pasta al pomodoro e basilico Petto di pollo alla diavola Insalata Pane Frutta
3° SETTIMANA	Pasta all'amatriciana Frittata di zucchine Pane Frutta	Pasta al pomodoro Coscia di pollo al forno Lattuga Pane Frutta	Pasta con fagioli Prosciutto cotto Insalata Pane integrale Frutta	Fusilli alle verdure Petto di tacchino al limone Zucchine a julienne Pane Frutta	Gnocchi al pomodoro Sogliola impanata al forno Lattuga Pane Frutta
4° SETTIMANA	Passato di verdura con crostini Involtini di tacchino Pomodori Pane int. Frutta	Riso all'inglese Crocchette di pesce Insalata mista Pane Frutta	Pasta al pomodoro e basilico Crocchette all'uovo Finocchi in insalata Pane Frutta	Pasta e piselli Zucchine ripiene Pane integrale Frutta	Pizza margherita Fagiolini Pane Frutta

Insalata di cereali, insalata mista, pane e frutta

Prot. 789 Sian Tirreno
 11/10/2018



A.S.P. COSENZA
 U.O.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
 DISTRETTO TIRRENO
 IL REFERENTE
 DOTT. F. DIGNIFOSO

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE – SIAN TIRRENO
ASP di COSENZA
Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

Scuola Infanzia Primavera/estate

1° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	Riso g 30, patate g 50, olio g 4, grana g 6. Pollo g 60, latte p. s. g 20, olio g 5. Zucchine g 100, olio g 5. Pane g 60. Frutta g 150.	Pasta g 50, pelati g 50, olio g 4, grana g 5 Manzo g 70, olio g 3, limone qb. g 5. Piselli (*) g 40, carote g 80, olio g 5. Pane int. g 60. Frutta g 150	Pasta g 50, spinaci g 50, ricotta g 50, grana g 5, olio g 5, burro g 3, farina g 10, latte p. s. g 50. Finocchi g 100, olio g 5. Pane g 50. Frutta g 150.	Patate g 100, farina g 30, pelati g 40, olio g 3. ★ Uova n° 1, olio g 3, grana g 5, verdura qb. Insalata g 70, olio g 5. Pane g 60. Frutta g 150. #####	Riso g 60, olio g 4, burro g 3, grana g 5, brodo veg. qb. Pesce g 100, olio g 5, carote, sedano g 40, aromi qb. Fagiolini g 100, olio g 5. Pane g 40. Frutta g 150.
2° SETTIMANA	Pasta g 50 zucchine g 50, olio g 5, grana g 5 Mozzarella g 30, pomodoro qb, origano qb. Fagiolini g 100, olio g 5 Pane g 60 Frutta g 150	Riso g 50, radicchio g 50, cipolla g 30, olio g 4, grana g 5, brodo vegetale q.b. Nasello g 120, olio g 5, pelati qb Spinaci g 100, olio g 10 Pane g 50 Frutta g 150	Pasta g 60, olio g 3, grana g 5, aromi qb Fesa tacchino g 70 latte p.s. g 20 Lattuga g 70, olio g 5 Pane int. g 60 Frutta g 150	Latte p.s. g 150, uovo g 25, farina g 25, prosc.cotto g 15, grana g 5, olio g 1, piselli (*) g 120. Pomodoro g 100, olio g 5. Pane g 50. Frutta g 150.	Pasta g 60, pelati g 30, basilico q.b., olio g 3, grana g 3 Petto di pollo g 60, olio g 3 Insalata g 70, olio g 7 Pane g 50 Frutta g 150
3° SETTIMANA	Pasta g 50, grana g 5, olio g 4, prosc. cotto g 5, pelati g 50, cipolla g 10. ★ Uova n° 1, olio g 5, grana g 5, zucchini g 100. Pane g 50. Frutta g 150.	Pasta g 50, olio g 4, ★ grana g 5, pelati g 50. Coscia pollo g 70, olio g 5, brodo veg. Q b. Lattuga g 70, olio g 5. Pane g 50. Frutta g 150.	Pasta g 50, olio g 4, ★ fagioli g 20, grana g 3. Prosc. cotto g 60. Insalata g 100, olio g 5. Pane int. g 50. Frutta g 150.	Fusilli g 50, pelati g 40, olio g 4, grana g 6, verdura mista g 40. Tacchino g 70, olio g 4, farina g 5, limone qb. Zucchine g 100, olio g 5. Pane g 30. Frutta g 150	**Patate g 100, farina g 30, pomodoro q b, olio g 5, grana g 5. Pesce g 100, olio g 5, pangrattato qb. Lattuga g 70, olio g 5. Pane g 40. Frutta g 150.
4° SETTIMANA	Verdura mista g 40, patate g 40, piselli (*) g 10, cavolfiore g 25, olio g 3, grana g 5, pane crostini g 15 Tacchino g 70, prosciutto crudo g 10, olio g 3. Pomodoro gr 100, olio g 4. Pane int. g 50. Frutta g 150.	Riso g 50, olio g 5, grana g 5 Pesce g 100, olio g 5, prezzemolo e pangrattato q b, patate g 20, uovo g 6. Insalata mista g 80, olio g 5 Pane g 50 Frutta g 150	Pasta g 50, pelati g 50, olio g 4, ★ grana g 5 Uovo n° 1, grana g 5, olio g 3, patata g 40, pangrattato q b. Finocchi g 100, olio g 5. Pane g 50. Frutta g 150.	★ Pasta g 50 piselli (*) g 30 olio g 6, grana g 5 Zucchine g 100, uovo mezzo, erbette g 30, grana g 5, patate g 50, olio g 6. Pane int. g 50 Frutta g 150	Farina tipo "0" g 75, olio g 5, mozzarella g 40, pelati g 50, origano qb. Fagiolini g 100, olio g 5. Pane g 20. Frutta g 150.

Insalata di cereali, insalata mista, pane e frutta

★ **Riso** g 50, **verdura mista** g 50, **piselli (*)** g 50, **patate** g 50, **olio** g 5, **grana** g 5, **mozzarella** g 50.
Lattuga g 70, **olio** g 3. **Pane** g 40. **Frutta** g 150.

★ **E' possibile presentare gli ingredienti separatamente**

Nota bene: il peso è riferito all'alimento crudo ed al netto degli scarti

(*) **sia freschi che surgelati** ** gnocchi confezionati gr 140

Roi - 781 Sian Tirreno
14/10/2019

A.S.P. COSENZA
U.O.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
DISTRETTO TIRRENO
IL REFERENTE
DOTT. E. DIGNITOSO

