

MENU' REFEZIONE SCOLASTICA AUTUNNO-INVERNO



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE  
BASILICATA  
Azienda Sanitaria Locale di Potenza

Dipartimento di Prevenzione Collettiva della Salute Umana  
U.O.C. -giene degli Alimenti e della Nutrizione  
Ambito Territoriale ex ASL n. 2 di Potenza  
Corso Umberto I, 22/A - 85100 Potenza  
Tel. e Fax 0971 26591  
e-mail: lola.potenza@asplb.it

- ALLEGATO B -

MENU' SETTIMANALE PER LA REFEZIONE SCOLASTICA  
1° Settimana

**LUNEDI'**

*Pasta e legumi (o passato di legumi)\**  
*Frittata al prezzemolo*  
*Verdura di stagione*  
*\* a scelta tra ceci, lenticchie, fagioli, fave*

*Pasta di semola*  
*Legumi secchi*  
*Aromi (pomodoro, sedano...)*  
*Uovo*  
*Prezzemolo*  
*Verdura cotta*

**MARTEDI'**

*Pasta al pomodoro*  
*Fusilli di pollo al forno*  
*Verdura di stagione*

*Pasta di semola*  
*Passata di pomodoro*  
*Pollo (coscia, fusi)*  
*Ortaggi*

**MERCOLEDI'**

*Risotto alle verdure*  
*Cuori di nasello gratinati*  
*Verdura di stagione*

*Riso*  
*Verdure di stagione*  
*Filetti di nasello*  
*Pangrattato, prezzemolo*  
*Insalata di stagione*

**GIOVEDI'**

*Pasta al pomodoro*  
*Lonza di maiale al forno*  
*Verdura di stagione*

*Pasta di semola*  
*Passata di pomodoro*  
*Maiale magro (lonza, arista)*  
*Verdura cotta*

**VENERDI'**

*Pastina in brodo vegetale*  
*Mozzarella*  
*Potatè prezzemolate (\*\*)*

*Pasta di semola*  
*Verdure per brodo (carota, sedano)*  
*Mozzarella*  
*Patate*  
*Prezzemolo*

**OGNI GIORNO AGGIUNGERE:**

*Pane*  
*Frutta di stagione*  
*Olio extravergine di oliva*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 30	gr 40	gr 60
gr 30	gr 40	gr 50
q.b.	q.b.	q.b.
gr 60	gr 60	gr 60
q.b.	q.b.	q.b.
gr 100	gr 150	gr 200

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 100	gr 120	gr 140
gr 70	gr 100	gr 150

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 100	gr 120	gr 150
q.b.	q.b.	q.b.
gr 30	gr 50	gr 50

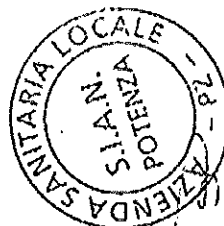
INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 80	gr 100	gr 120
gr 100	gr 150	gr 200

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 30	gr 40	gr 70
q.b.	q.b.	q.b.
gr 60	gr 80	gr 80
gr 100	gr 100	gr 150
q.b.	q.b.	q.b.

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 50	gr 50	gr 50
gr 100	gr 150	gr 150
gr 10	gr 15	gr 15

(\*\*) Le patate non sono verdura, ma un sostituto di pane o pasta, per cui sono inserite occasionalmente come contorno solo per venire incontro ai gusti dei bambini.

Si consiglia di utilizzare sale iodato.



# MENU' REFEZIONE SCOLASTICA AUTUNNO-INVERNO



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE  
BASILICATA  
Azienda Sanitaria Locale di Potenza

Dipartimento di Prevenzione Collettiva della Salute Umana

U.O. C. igiene degli Alimenti e della Nutrizione

Ambito Territoriale ex ASL n. 2 di Potenza

Corso Umberto I, 22/A - 85100 Potenza

Tel. e Fax 0971.06391

Aut. Min. San. 102/82024/0001/0001/0001

2ª Settimana

## LUNEDÌ

Pasta e piselli

Prosciutto cotto magro

Verdura di stagione

Pasta di semola

Piselli freschi

Prosciutto cotto magro

Verdura cotta

## MARTEDÌ

Pasta al pomodoro

Cotoletta di pollo

Verdura di stagione

Pasta di semola

Passata di pomodoro

Petto di pollo

Pangrattato

Uovo

Ortaggi

## MERCOLEDÌ

Pasta e legumi (o con passato di legumi)\*

Frittata alle verdure

Verdura di stagione

\* a scelta tra ceci, lenticchie, fagioli, fave

Pasta di semola

Legumi secchi

Aromi (pomodoro, sedano...)

Uovo

Verdure di stagione (es. spinaci)

Insalata di stagione

## GIOVEDÌ

Riso al forno

Mozzarella

Verdura di stagione

Riso

Parmigiano

Pangrattato, prezzemolo

Mozzarella

Insalata di stagione

## VENERDÌ

Pasta con crema o passato di verdure

Bastoncini di merluzzo al forno

Verdura di stagione

Pasta di semola

Verdure di stagione

Bastoncini di merluzzo

Ortaggi

## OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

Si consiglia di utilizzare sale iodato.

Pane

Frutta di stagione

Olio extravergine di oliva

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 30	gr 40	gr 60
gr 90	gr 120	gr 150
gr 30	gr 40	gr 40
gr 100	gr 150	gr 200

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 80	gr 100	gr 120
q.b.	q.b.	q.b.
1 ogni 6 fette		
gr 70	gr 100	gr 150

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 30	gr 40	gr 60
gr 30	gr 40	gr 50
q.b.	q.b.	q.b.
gr 60	gr 60	gr 60
q.b.	q.b.	q.b.
gr 30	gr 50	gr 50

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
gr 5	gr 5	gr 5
q.b.	q.b.	q.b.
gr 60	gr 80	gr 80
gr 30	gr 50	gr 50

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
n.2	n.3	n.4
gr 70	gr 100	gr 150

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 50	gr 50	gr 50
gr 100	gr 150	gr 150
gr 10	gr 15	gr 15



# MENU' REFEZIONE SCOLASTICA AUTUNNO-INVERNO



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE  
BASILICATA  
Azienda Sanitaria Locale di Potenza

Dipartimento di Prevenzione Collettiva della Salute Umana  
U.O.C. "Igiene degli Alimenti e della Nutrizione"  
Ambito Territoriale ex ASL n. 2 di Potenza  
Corso Umberto I, 22/A - 85100 Potenza  
Tel. e Fax 0971 26391  
E-mail: [info@asplpotenza.it](mailto:info@asplpotenza.it)



## 3° Settimana

### LUNEDI'

*Pasta e legumi (o con passato di legumi)\**  
*Frittatine al formaggio*  
*Verdura di stagione*  
*" a scelta tra ceci, lenticchie, fagioli, fave*

*Pasta di semola*  
*Legumi secchi*  
*Aromi (pomodoro, sedano...)*  
*Uovo*  
*Parmigiano*  
*Verdura cotta*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 30	gr 40	gr 60
gr 30	gr 40	gr 50
q.b.	q.b.	q.b.
gr 60	gr 60	gr 60
q.b.	q.b.	q.b.
gr 100	gr 150	gr 200

### MARTEDI'

*Pasta al pomodoro*  
*Pollo al limone*  
*Verdura di stagione*

*Pasta di semola*  
*Passata di pomodoro*  
*Coscia di pollo*  
*Limone, prezzemolo*  
*Ortaggi*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 100	gr 120	gr 140
q.b.	q.b.	q.b.
gr 70	gr 100	gr 150

### MERCOLEDI'

*Risotto alle verdure*  
*Nasello con pomodorini ed aromi*  
*Verdura di stagione*

*Riso*  
*Verdure di stagione a tocchetti*  
*Filetti di nasello*  
*Pomodorini, origano*  
*Insalata di stagione*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 100	gr 120	gr 150
q.b.	q.b.	q.b.
gr 30	gr 50	gr 50

### GIOVEDI'

*Pasta al pomodoro*  
*Lonza di maiale agli aromi*  
*Verdura di stagione*

*Pasta di semola*  
*Passata di pomodoro*  
*Maiale magro (lonza, arista)*  
*Verdura cotta*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 80	gr 100	gr 120
gr 100	gr 150	gr 200

### VENERDI'

*Pastina in brodo vegetale*  
*Mozzarella*  
*Patate al forno (\*\*)*

*Pasta di semola*  
*Verdure per brodo (carota, sedano)*  
*Mozzarella*  
*Patate*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 30	gr 40	gr 70
q.b.	q.b.	q.b.
gr 60	gr 80	gr 80
gr 100	gr 100	gr 150

### OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

*Pane*  
*Frutta di stagione*  
*Olio extravergine di oliva*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 50	gr 50	gr 50
gr 100	gr 150	gr 150
gr 10	gr 15	gr 15

(\*\*) Le patate non sono verdura, ma un sostituto di pane o pasta, per cui sono inserite occasionalmente come contorno solo per venire incontro ai gusti dei bambini.

Si consiglia di utilizzare sale iodato.



# MENU' REFEZIONE SCOLASTICA AUTUNNO-INVERNO



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE  
BASILICATA  
Azienda Sanitaria Locale di Potenza

Dipartimento di Prevenzione Collettiva della Salute Umana

U.O. di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

Ambito Territoriale ex ASL n. 2 di Potenza

Corso Umberto I, 22/A - 85100 Potenza

Tel. e Fax 0971 260341

E-mail: [info@asplpotenza.basilicata.it](mailto:info@asplpotenza.basilicata.it)



## MENU' SETTIMANALE PER LA REFEZIONE SCOLASTICA 4° Settimana

### LUNEDI'

*Pasta e piselli*

*Prosciutto cotto magro*

*Verdura di stagione*

*Pasta di semola*

*Piselli freschi*

*Prosciutto cotto magro*

*Verdura cotta*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 30	gr 40	gr 60
gr 90	gr 120	gr 150
gr 30	gr 40	gr 40
gr 100	gr 150	gr 200

### MARTEDI'

*Pasta al pomodoro*

*Cotoletta di pollo*

*Verdura di stagione*

*Pasta di semola*

*Passata di pomodoro*

*Petto di pollo*

*Pangrattato*

*Uovo*

*Ortaggi*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 80	gr 100	gr 120
q.b.	q.b.	q.b.
1 ogni 6 fette		
gr 70	gr 100	gr 150

### MERCOLEDI'

*Pasta e legumi (o con passato di legumi)\**

*Frittata al prezzemolo*

*Verdura di stagione*

*\* a scelta tra ceci, lenticchie, fagioli, fave*

*Pasta di semola*

*Legumi secchi*

*Aromi (pomodoro, sedano...)*

*Uovo*

*Prezzemolo*

*Insalata di stagione*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 30	gr 40	gr 60
gr 30	gr 40	gr 50
q.b.	q.b.	q.b.
gr 60	gr 60	gr 60
q.b.	q.b.	q.b.
gr 30	gr 50	gr 50

### GIOVEDI'

*Riso al forno*

*Mozzarella*

*Verdura di stagione*

*Riso*

*Parmigiano*

*Pangrattato, prezzemolo*

*Mozzarella*

*Insalata di stagione*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
gr 5	gr 5	gr 5
q.b.	q.b.	q.b.
gr 60	gr 80	gr 80
gr 30	gr 50	gr 50

### VENERDI'

*Pasta con crema o passato di verdure*

*Bastoncini di merluzzo al forno*

*Verdura di stagione*

*Pasta di semola*

*Verdure di stagione*

*Bastoncini di merluzzo*

*Ortaggi*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
n.2	n.3	n.4
gr 70	gr 100	gr 150

### OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

*Pane*

*Frutta di stagione*

*Olivo extravergine di oliva*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 50	gr 50	gr 50
gr 100	gr 150	gr 150
gr 10	gr 15	gr 15

(\* Le patate non sono verdura, ma un sostituto di pane o pasta, per cui sono inserite occasionalmente come contorno solo per venire incontro ai gusti dei bambini).

A pranzo vanno aggiunti giornalmente pane e frutta fresca di stagione.  
Si consiglia di utilizzare sale iodato.



# MENU' REFEZIONE SCOLASTICA PRIMAVERA-ESTATE



SERVIZIO SANITA' REGIONALE  
BASILICATA  
Azienda Sanitaria Locale di Potenza

Dipartimento di Prevenzione Collettiva della Salute Umana  
U.O.C. Igiene degli Alimenti e della Nutrizione  
Ambito Territoriale ex ASL n. 2 di Potenza  
Corso Umberto I, 22/A - 85100 Potenza  
Tel. e Fax 0971 26391  
E-mail: [info@asplp.it](mailto:info@asplp.it)



## MENU' SETTIMANALE PER LA REFEZIONE SCOLASTICA 1° Settimana

### LUNEDI'

*Insalata di pasta con legumi \**  
*Frittata al prezzemolo*  
*Verdura di stagione*  
*\* a scelta tra ceci, lenticchie, fagioli, fave*

*Pasta di semola*  
*Legumi secchi*  
*Aromi (pomodoro, sedano...)*  
*Uovo*  
*Prezzemolo*  
*Verdura cotta*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 30	gr 40	gr 60
gr 30	gr 40	gr 50
q.b.	q.b.	q.b.
gr 60	gr 60	gr 60
q.b.	q.b.	q.b.
gr 100	gr 150	gr 200

### MARTEDI'

*Pasta con pomodorini e basilico*  
*Fusilli di pollo al forno*  
*Verdura di stagione*

*Pasta di semola*  
*Passata di pomodoro*  
*Pollo (coscia, fusi)*  
*Ortaggi*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 100	gr 120	gr 140
gr 70	gr 100	gr 150

### MERCOLEDI'

*Insalata di riso*  
*Cuori di nasello gratinati*  
*Verdura di stagione*

*Riso*  
*Verdure di stagione, pomodorini*  
*Filetti di nasello*  
*Pangrattato, prezzemolo*  
*Insalata di stagione*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 100	gr 120	gr 150
q.b.	q.b.	q.b.
gr 30	gr 50	gr 50

### GIOVEDI'

*Pasta al pomodoro*  
*Lonza di maiale al forno*  
*Verdura di stagione*

*Pasta di semola*  
*Passata di pomodoro*  
*Maiale magro (lonza, arista)*  
*Verdura cotta*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 80	gr 100	gr 120
gr 100	gr 150	gr 200

### VENERDI'

*Pasta alle melanzane*  
*Mozzarella*  
*Insalata di patate (\*\*)*

*Pasta di semola*  
*Filetti di melanzana, pomodoro*  
*Mozzarella*  
*Patate*  
*Prezzemolo*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 60	gr 80	gr 80
gr 100	gr 100	gr 150
q.b.	q.b.	q.b.

### OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

*Pane*  
*Frutta di stagione*  
*Olio extravergine di oliva*

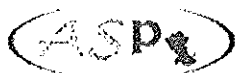
INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 50	gr 50	gr 50
gr 100	gr 150	gr 150
gr 10	gr 15	gr 15

(\*\*) Le patate non sono verdura, ma un sostituto di pane o pasta, per cui sono inserite occasionalmente come contorno solo per venire incontro ai gusti dei bambini.

Si consiglia di utilizzare sale iodato.

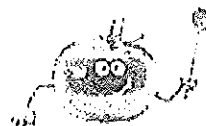


MENU' REFEZIONE SCOLASTICA PRIMAVERA-ESTATE



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE  
RAVENNA  
Azienda Sanitaria Locale di Potenza

Dipartimento di Prevenzione dell'Ente della Salute Urbana  
U.O.C. "Piano degli Alimenti e della Nutrizione"  
Ambito Territoriale ex ASL n. 2 di Potenza  
Corso Umberto I, 22/A - 85100 Potenza  
Tel. e Fax 0971 263331  
C.A.P. 85100 - COD. FISC. 00000000851



2° Settimana

**LUNEDI'**

*Pasta con piselli e pomodorini*  
*Prosciutto cotto magro*  
*Verdura di stagione*

*Pasta di semola*  
*Piselli freschi*  
*Pomodorini*  
*Prosciutto cotto magro*  
*Verdura cotta*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 30	gr 40	gr 60
gr 90	gr 120	gr 150
q.b.	q.b.	q.b.
gr 30	gr 40	gr 40
gr 100	gr 150	gr 200

**MARTEDI'**

*Pasta al pomodoro*  
*Insalata di pollo*  
*Verdura di stagione*

*Pasta di semola*  
*Passata di pomodoro*  
*Coscia di pollo*  
*Sedano, carota....*  
*Ortaggi*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 100	gr 120	gr 140
q.b.	q.b.	q.b.
gr 70	gr 100	gr 150

**MERCOLEDI'**

*Insalata di pasta con legumi\**  
*Frittata alle verdure*  
*Verdura di stagione*  
*\* a scelta tra ceci, lenticchie, fagioli, fave*

*Pasta di semola*  
*Legumi secchi*  
*Aromi (pomodoro, sedano...)*  
*Uovo*  
*Verdure di stagione (es. spinaci)*  
*Insalata di stagione*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 30	gr 40	gr 60
gr 30	gr 40	gr 50
q.b.	q.b.	q.b.
gr 60	gr 60	gr 60
q.b.	q.b.	q.b.
gr 30	gr 50	gr 50

**GIOVEDI'**

*Riso mantecato*  
*Mozzarella*  
*Verdura di stagione*

*Riso*  
*Mozzarella*  
*Burro*  
*Insalata di stagione*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
gr 60	gr 80	gr 80
gr 5	gr 5	gr 5
gr 30	gr 50	gr 50

**VENEDI'**

*Pasta con pesto*  
*Bastoncini di merluzzo al forno*  
*Verdura di stagione*

*Pasta di semola*  
*Verdure di stagione*  
*Bastoncini di merluzzo*  
*Pesto*  
*Ortaggi*

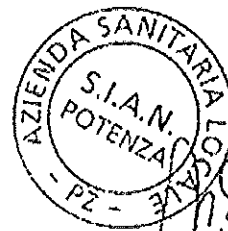
INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
n.2	n.3	n.4
gr 10	gr 10	gr 10
gr 70	gr 100	gr 150

OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

*Pane*  
*Frutta di stagione*  
*Olio extravergine di oliva*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 50	gr 50	gr 50
gr 100	gr 150	gr 150
gr 10	gr 15	gr 15

*Si consiglia di utilizzare sale iodato.*



MENU' REFEZIONE SCOLASTICA PRIMAVERA-ESTATE



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE  
BASILICATA  
Azienda Sanitaria Locale di Potenza

Dipartimento di Prevenzione Collettiva della Salute Umana  
U.O.C. Igien degli Alimenti e della Nutrizione  
Ambito Territoriale ex A.S.L. n. 2 di Potenza  
Corso Umberto I, 22/A - 85100 Potenza  
Tel. e Fax 0971 26391  
E-mail: [info@asplp.it](mailto:info@asplp.it)



3° Settimana

**LUNEDI'**

*Insalata di pasta con legumi\**  
*Frittata al prezzemolo*  
*Verdura di stagione*  
*\* a scelta tra ceci, lenticchie, fagioli, fave*

*Pasta di semola*  
*Legumi secchi*  
*Aromi (pomodoro, sedano...)*  
*Uovo*  
*Prezzemolo*  
*Verdura cotta*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 30	gr 40	gr 60
gr 30	gr 40	gr 50
q.b.	q.b.	q.b.
gr 60	gr 60	gr 60
q.b.	q.b.	q.b.
gr 100	gr 150	gr 200

**MARTEDI'**

*Pasta con pomodorini e basilico*  
*Pollo al limone*  
*Verdura di stagione*

*Pasta di semola*  
*Pastata di pomodoro*  
*Coscia di pollo*  
*Limone, prezzemolo*  
*Ortaggi*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 100	gr 120	gr 140
q.b.	q.b.	q.b.
gr 70	gr 100	gr 150

**MERCOLEDI'**

*Risotto alle verdure*  
*Nasello con pomodorini ed aromi*  
*Verdura di stagione*

*Riso*  
*Verdure di stagione a tocchetti*  
*Filetti di nasello*  
*Pomodorini, origano*  
*Insalata di stagione*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 100	gr 120	gr 150
q.b.	q.b.	q.b.
gr 30	gr 50	gr 50

**GIOVEDI'**

*Pasta al pomodoro*  
*Lonza di maiale agli aromi*  
*Verdura di stagione*

*Pasta di semola*  
*Pastata di pomodoro*  
*Maiale magro (lonza, arista)*  
*Rosmarino...*  
*Verdura cotta*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 80	gr 100	gr 120
q.b.	q.b.	q.b.
gr 100	gr 150	gr 200

**VENERDI'**

*Pasta alle zucchine*  
*Mozzarella*  
*Insalata di patate (\*\*)*

*Pasta di semola*  
*Zucchine*  
*Mozzarella*  
*Patate*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 60	gr 80	gr 80
gr 100	gr 100	gr 150

**OGNI GIORNO AGGIUNGERE:**

*Pane*  
*Frutta di stagione*  
*Olivo extravergine di oliva*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 50	gr 50	gr 50
gr 100	gr 150	gr 150
gr 10	gr 15	gr 15

(\*\*) Le patate non sono verdura, ma un sostituto di pane o pasta, per cui sono inserite occasionalmente come contorno solo per venire incontro ai gusti dei bambini.

Si consiglia di utilizzare sale iodato.



ASPT

Chiuso martedì di Piacenza, Cooperativa della Salute Umana  
U.O.C. Igien. degli Alimenti e della Nutriz. zione  
Ambito Territoriale ex ASL n. 2 di Potenza  
Corso Umberto I, 22/A - 85100 Potenza  
Tel. e Fax 0971 263291  
e-mail: [info@cooperativa-salute.it](mailto:info@cooperativa-salute.it)



## LUNEDÌ

Pasta e piselli  
Prosciutto cotto magro  
Verdura di stagione

*Pasta di semola*  
*Piselli freschi*  
*Prosciutto cotto magro*  
*Verdura cotta*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 30	gr 40	gr 60
gr 90	gr 120	gr 150
gr 30	gr 40	gr 40
gr 100	gr 150	gr 200

## MARTEDI'

*Pasta al pomodoro*  
*Cotoletta di pollo*  
*Verdura di stagione*

*Pasta di semola*  
*Passata di pomodoro*  
*Petto di pollo*  
*Pangrattato*  
*Uovo*  
*Ortaggi*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 80	gr 100	gr 120
q.b.	q.b.	q.b.
<i>1 ogni 6 feste</i>		
gr 70	gr 100	gr 150

**MERCOLEDÌ**

*Insalata di pasta con legumi\**  
*Frittata al prezzemolo*  
*Verdura di stagione*  
*\* a scelta tra ceci, lenticchie, fagioli, fave*

Pasta di semola  
Legumi secchi  
Aromi (pomodoro, sedano...)  
Uovo  
Prezzemolo  
Insalata di stagione

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 30	gr 40	gr 60
gr 30	gr 40	gr 50
q.b.	q.b.	q.b.
gr 60	gr 60	gr 60
q.b.	q.b.	q.b.
gr 30	gr 50	gr 50

GIOVEDÌ

*Riso con crema di verdura*  
*Mozzarella*  
*Verdura di stagione*

Riso  
Verdure di stagione da frullare  
Parmigiano  
Mozzarella  
Insalata di stagione

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 5	gr 5	gr 5
gr 60	gr 80	gr 80
gr 30	gr 50	gr 50

VENERDI'

*Pasta con pesto*  
*Bastoncini di merluzzo al forno*  
*Verdura di stagione*

*Pasta di semola*  
*Pesto*  
*Bastoncini di merluzzo*  
*Ortaggi*

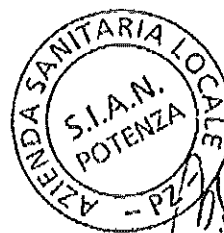
INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
gr 10	gr 10	gr 10
n.2	n.3	n.4
gr 70	gr 100	gr 150

**OGNI GIORNO AGGIUNGERE:**

*Pane*  
*Frutta di stagione*  
*Olio extravergine di oliva*

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 50	gr 50	gr 50
gr 100	gr 150	gr 150
gr 10	gr 15	gr 15

*A pranzo vanno aggiunti giornalmente pane e frutta fresca di stagione. Si consiglia di utilizzare sale iodato.*





## PIATTI UNICI SOSTITUTIVI

Occasionalmente è possibile sostituire il menù del giorno con piatti unici, accompagnati da verdura cruda o cotta, pane e frutta.

In ogni caso è necessario rispettare le grammature indicate per età e per alimento ed utilizzare preparazioni semplici.

### LASAGNA AL FORNO

realizzata con:

Pasta all'uovo

Macinato magro di vitello

Passata di pomodoro

Parmigiano

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 50	gr 60	gr 90
gr 70	gr 90	gr 100
q.b.	q.b.	q.b.
gr 5	gr 5	gr 5

### PASTA AL FORNO

realizzata con:

Pasta di semola

Mozzarella o scamorza

Passata di pomodoro

Parmigiano

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
gr 60	gr 80	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 5	gr 5	gr 5

### SFORMATO DI RISO E VERDURE

realizzata con:

Riso

Mozzarella o scamorza

Verdure di stagione

Parmigiano

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
gr 60	gr 80	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 5	gr 5	gr 5

### LASAGNA AL FORNO

realizzata con:

Pasta all'uovo

Filetti di merluzzo

Passata di pomodoro

Parmigiano

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 50	gr 60	gr 90
gr 100	gr 120	gr 150
q.b.	q.b.	q.b.
gr 5	gr 5	gr 5

