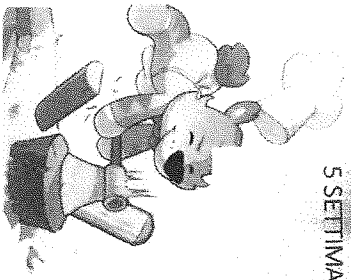


# Menu Scuole Comune di Frascati – Scuola dell'Infanzia e Primaria

## Autunno | Anno Scolastico 2019 -2020

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	ENERGIA
1 SETTIMANA	Risotto alla zucca Bocconcini di parmigiano Insalata mista Pane Frutta di stagione Gnocchi di patate al pomodoro Uova strapazzate Bieta all'agro Pane Yogurt Pasta al forno	Pasta con olio e speck Arrostito di suino Patate e carote all'olio Pane Frutta di stagione Crema di ceci con pasta Tortino di ricotta con p.cotto Spinaci all'olio Pane Frutta di stagione Pasta alla parmigiana	Pasta al pomodoro Medaglioni di pesce Spinaci al limone Pane Yogurt Risotto allo zafferano Hamburger di vitello Carote julienne Pane Frutta di stagione Pasta al pomodoro e ricotta romana	Zuppa di legumi(s/piselli) con pasta Frittata Fagiolini all'olio Pane Frutta di stagione Pasta al ragù vegetale Bocconcini di pollo croccanti Insalata verde Pane Frutta di stagione Risotto con zucchine	Ravioli burro e salvia Bresaola Insalata di finocchi Pane Frutta di stagione Pasta con crema di broccoli Merluzzo gratinato Patate all'olio Pane Frutta di stagione Crema di verdure(s/piselli) con orzo
2 SETTIMANA	Prosciutto cotto Insalata di finocchi Pane Frutta di stagione Zuppa di lenticchie con pasta Fusi di pollo al forno Carote all'olio Pane Frutta di stagione Pasta al pomodoro	Straccetti di bovino Purea di patata Pane Frutta di stagione Risotto alla zucca Nasello al limone Patate al forno Pane Yogurt Pasta al sugo di pesce	Merluzzo al pomodoro Fagiolini all'olio Pane Frutta di stagione Pasta alla marinara Frittata Spinaci al burro Pane Frutta di stagione Minestra di fagioli con pasta	Montasio Carote julienne Pane Frutta di stagione Pasta alla parmigiana Spezzatino di suino con patate Pane Frutta di stagione Gnocchi di patate al pesto	Frittata Spinaci all'agro Pane Yogurt Risotto al pomodoro Formaggio morbido Insalata mista Pane Frutta di stagione Crema di verdure(s/piselli) con pasta
3 SETTIMANA	Polpette di vitello Bieta al pomodoro Pane Frutta di stagione	Polpette di vitello Bieta al pomodoro Pane Frutta di stagione	Polpette di vitello Bieta al pomodoro Pane Frutta di stagione	Polpette di vitello Bieta al pomodoro Pane Frutta di stagione	Polpette di vitello Bieta al pomodoro Pane Frutta di stagione
4 SETTIMANA	Polpette di vitello Bieta al pomodoro Pane Frutta di stagione	Polpette di vitello Bieta al pomodoro Pane Frutta di stagione	Polpette di vitello Bieta al pomodoro Pane Frutta di stagione	Polpette di vitello Bieta al pomodoro Pane Frutta di stagione	Polpette di vitello Bieta al pomodoro Pane Frutta di stagione
5 SETTIMANA	Polpette di vitello Bieta al pomodoro Pane Frutta di stagione	Polpette di vitello Bieta al pomodoro Pane Frutta di stagione	Polpette di vitello Bieta al pomodoro Pane Frutta di stagione	Polpette di vitello Bieta al pomodoro Pane Frutta di stagione	Polpette di vitello Bieta al pomodoro Pane Frutta di stagione

SI INFORMANO I CONSUMATORI CON ALLERGIE O INTOLLERANZE ALIMENTARI, o chi per essi (genitori/tutori), che negli alimenti e nelle bevande preparate e distribuite nelle scuole sono presenti i seguenti allergeni: CEREALI CONTENENTI GLUTINE, CROSTACEI, UOVA, PESCE, ARACHIDI, SOIA, LATTE (INCLUSO LATTOSO), FRUTTA A GUSCIO, SEDANO, SENAPE, SEMI DI SESAMO, ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI in concentrazioni superiori a 10 mg/kg o 10 mg/litro, LUPINI, MOLLUSCHI e tutti i relativi prodotti derivati o a base di (ai sensi del D.Lgs. n. 1169/11, D. Lgs. 109/92, 88/2009 e s.m.i.). Le informazioni relative alla presenza di soggetti con allergie o intolleranze alimentari vengono raccolte mediante la presentazione di idonea certificazione medica e in fase di produzione vengono formulati pasti personalizzati, privi degli allergeni per cui risulta la sensibilizzazione.

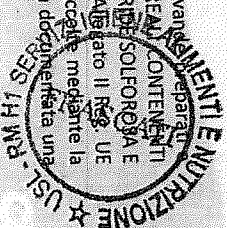
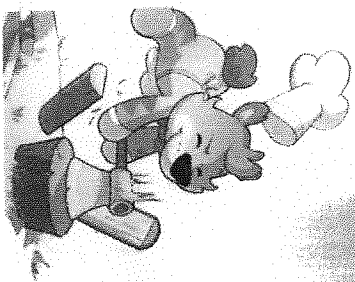


# Menu Scuole Comune di Frascati – Scuola dell'Infanzia e Primaria

## Autunno | Anno Scolastico 2019 -2020

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
6 SETTIMANA	Crema di verdure(s/piselli) con riso	Pasta con crema di broccoli	Pasta alla parmigiana	Ravioli ric/spin al pomodoro	Minestra di ceci con pasta
	Frittata	Caciottina	Medaglioni di pesce	Mortadella	Spezzatino di bovino
	Patate al rosmarino	Carote julienne	Bietta al limone	Insalata di finocchi	Purea di patate
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Yogurt	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
7 SETTIMANA	Tagliatelle al pomodoro	Minestra di patate con pasta	Zuppa di lenticchie con pasta	Risotto allo zafferano	Pasta al tonno
	Bocconcini di suino alla cacciatore	Tonno	Asiago	Arrostito di bovino	Frittata
	Cavolfiore all'olio	Insalata mista	Insalata di finocchi	Carote e patate all'olio	Fagiolini all'olio
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Yogurt
8 SETTIMANA	Polenta con bocconcini di bovino al pomodoro	Crema di ceci con pasta	Pasta al tonno	Pasta ai ragù di pesce	Pasta al pesto
	Carote julienne	Fusi di pollo arrosto	Hamburger di pesce	Uova strapazzate	Crescenza
	Spinaci all'agro	Crema di patate	Bietta al limone	Insalata verde	Insalata verde
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
9 SETTIMANA	Risotto alla parmigiana	Pasta in salsa rosa	Pasta alla amatriciana	Pasta al pomodoro	Crema di fagioli con farro
	Bocconcini di tacchino al limone	Crochette di merluzzo	Frittatina	Mozzarella	Straccetti di bovino alla pizzaiola
	Spinaci all'olio	Cavolfiore all'olio	Insalata di finocchi	Carote julienne	Bietta all'olio
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Yogurt	Frutta di stagione	Frutta di stagione

SI INFORMANO I CONSUMATORI CON ALLERGIE O INTOLLERANZE ALIMENTARI, o chi per essi (genitori/tutori), che negli alimenti e nelle bevande preparati e somministrati possono essere contenuti uno o più dei seguenti allergeni come ingredienti o in tracce derivanti dal processo produttivo: CEREALI CONTENENTI GLUTINE, CROSTACEI, UOVA, PESCE, ARACHIDI, SOIA, LATTE (INCLUSO LATTOSI), FRUTTA A GUSCIO, SEDANO, SENAPE, SEMI DI SESAMO, ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI in concentrazioni superiori a 10 mg/kg o 10 mg/litro, LUPINI, MOLLUSCHI e tutti i relativi prodotti derivati o a base di (ai sensi dell'Allegato II del Reg. UE 1169/11, D. Lgs. 109/92, 88/2009 e s.m.i.). Le informazioni relative alla presenza di soggetti con allergie o intolleranze alimentari vengono raccolte mediante la presentazione di idonea certificazione medica e in fase di produzione vengono formulati pasti personalizzati, privi degli allergeni per cui risulta documentata una sensibilità.





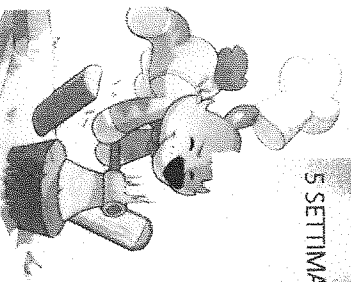
**Inverno | Anno Scolastico 2019 -2020**

LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ	
Ravioli ric/spin al burro e salvia		Crema di fagioli con farro		Risotto alla parmigiana		Pasta ai ragù vegetale		Pasta al pesto	
Arrosti di tacchino (salume)		Spezzatino di suino agli aromi		Hamburger di pesce		Frittata		Polpette di bovino al legume	
Carote julienne		Insalata di finocchi		Bieta al limone		Fagiolini all'olio		Insalata verde	
Pane		Pane		Pane		Pane		Pane	
Spremuta di arancia		Frutta di stagione		Frutta di stagione		Frutta di stagione		Dessert	
Pasta in salsa rosa		Risotto al pomodoro		Pasta con crema di cavolfiore		Minestrina di lenticchie con pasta		Pasta alla marinara	
Bocconcini di pollo panati		Frittata		Straccetti di bovino		Bresaola		Medaglioni di pesce	
Cavolfiori all'olio		Spinaci all'agro		Patate al rosmarino		Insalata mista invernale		Carote all'olio	
Pane		Pane		Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Dessert		Spremuta d'arancia		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Gnocchi di patate al pomodoro		Pasta alla parmigiana		Crema di ceci con pasta		Risotto allo zafferano		Pasta al pomodoro	
Montasio		Polpette di vitello al limone		Uova strapazzate		Meluzzo gratinato		Fusi di pollo al forno	
Insalata di finocchi		Spinaci all'olio		Carote all'olio		Purè di patate		Bieta all'agro	
Pane		Pane		Pane		Pane		Pane	
Dessert		Spremuta d'arancia		Frutta di stagione		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta alla pizzaiola		Passato di verdure(s/piselli) con pasta		Tagliatelle al pomodoro		Zuppa di legumi(s/piselli) con patate		Crema di lenticchie con pasta	
Bocconcini di suino alla cacciatore		Medaglione di pesce		Mozzarella		Medaglioni di vitello		Frittata con patate	
Fagiolini all'olio		Patate arrosto		Insalata arlecchino		Bietolina all'olio		Spinaci al limone	
Pane		Pane		Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Frutta di stagione		Dessert		Spremuta d'arancia		Frutta di stagione	
Pasta alla marinara		Gnocchi di patate in salsa aurora		Risotto alla zucca		Pasta al sugo di pesce		Pasta al pomodoro e ricotta romana	
Polpette di tonno		Prosciutto cotto		Bocconcini di pollo al limone		Uova strapazzate		Straccetti di bovino al legume	
Broccoli all'olio		Carote julienne		Patate all'olio		Insalata di finocchi		Fagiolini all'agro	
Pane		Pane		Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Frutta di stagione		Frutta di stagione		Dessert		Spremuta d'arancia	

Frutta di stagione

SI INFORMANO I CONSUMATORI CON ALLERGIE O INTOLLERANZE ALIMENTARI, o chi per essi (genitori/tutori), che negli alimenti e nelle bevande preparati e somministrati possono essere contenuti uno o più dei seguenti allergeni come ingredienti o in tracce derivanti dal processo produttivo: CEREALI CONTENENTI GLUTINE, CROSTACEI, UOVA, PESCE, ARACHIDI, SOIA, LATTE (INCLUSO LATTOSIO), FRUTTA A GUSCIO, SEDANO, SENAPE, SEMI DI SESAMO, ANACARDI SOLFORATI E SOLFITI in concentrazioni superiori a 10 mg/kg o 10 mg/litro. LUPINI, MOLLUSCHI e tutti i relativi prodotti derivati o a base di (ai sensi dell'Allegato II Reg. CE n. 1169/11, D. lgs. 109/92, 88/2009 e s.m.i.). Le informazioni relative alla presenza di soggetti con allergie o intolleranze alimentari vengono raccolte mediante la presentazione di idonea certificazione medica e in fase di produzione vengono formulati pasti personalizzati, privi degli allergeni per cui risulta documentata sensibilità.

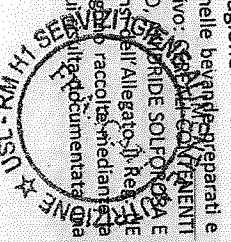
T.C.T. / Comune di Frascatti Prot. n. 00024720-10-T del 06/06/2020



**Inverno | Anno Scolastico 2019 -2020**

9 SETTIMANA

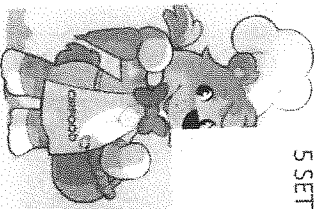
sensibilizzazione.





Primavera | Anno Scolastico 2019 - 2020

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENEDÌ
1 SETTIMANA	Risotto allo zafferano Bocconcini di tacchino al limone Carote all'olio Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Frittata con patate Insalata di finocchi Pane Frutta di stagione	Crema di verdure(s/piselli) con pasta Polpette di vitello Patate al forno Pane Dessert	Gnocchi di patate al pesto Mortadella Insalata arlecchino Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico Medaglioni di pesce Spinaci all'agro Pane Frutta di stagione
2 SETTIMANA	Pasta con zucchine e speck Spezzatino di bovino agli aromi Bietolina al limone Pane Frutta di stagione	Insalata di pasta(s/piselli) Tonno sott'olio Insalata mista Pane Dessert	Risotto alla parmigiana Bocconcini di pollo panati Spinaci all'agro Pane Frutta di stagione	Minestra di ceci con pasta Mozzarella Carote flangè Pane Frutta di stagione	Pasta al ragu' di mare Frittata Zucchine gratinate Pane Frutta di stagione
3 SETTIMANA	Risotto al pomodoro Straccetti di bovino al tegame Bietolina all'agro Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e ricotta Bocconcini di suino alla cacciatora Fagiolini all'olio Pane Frutta di stagione	Zuppa di legumi(s/piselli) con pasta Frittata saporita Zucchine gratinate Pane Frutta di stagione	Ravioli burro e salvia Crescenza Insalata di pomodori Pane Frutta di stagione	Pasta al pesto Merluzzo panato Insalata mista Pane Dessert
4 SETTIMANA	Crema di verdure(s/piselli) con riso Arrosti di suino Patate all'olio Pane Frutta di stagione	Bocconcini di nasello al pomodoro Spinaci al limone Pane Dessert Insalata di pasta tonno e pomodoro	Pasta al pomodoro e basilico Montasio Insalata arlecchino Pane Frutta di stagione	Pasta al sugo di pesce Uova strapazzate Carote julienne Pane Frutta di stagione	Pasta alla amatriciana Bocconcini di tacchino al rosmarino Fagiolini all'olio Pane Frutta di stagione
5 SETTIMANA	Pasta al ragu' vegetale Frittatina Zucchine trifolate Pane Frutta di stagione	Crochette di merluzzo Carote all'olio Pane Frutta di stagione	Bocconcini di tacchino croccanti Spinaci all'agro Pane Frutta di stagione	Asiago Insalata verde Pane Frutta di stagione	Hamburger di vitello Carote all'olio Pane Dessert

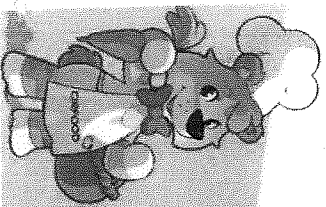


Primavera | Anno Scolastico 2019 - 2020

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
6 SETTIMANA	Pasta al forno	Insalata di farro con mozz. e pomodoro	Pasta con crema di cavolfiori	Crema di verdure(s/piselli) con lenticchie e riso	Pasta alla parmigiana
	Prosciutto cotto	Polpettone di tonno al limone	Crescenza	Fusi di pollo arrosto	Fagiolini al limone
	Insalata verde	Bietolina all'agro	Insalata di pomodori	Carote all'olio	Piselli al tegame
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Gelato	Frutta di stagione	Frutta di stagione
7 SETTIMANA	Insalata di riso(s/piselli)	Pasta al pomodoro e ricotta	Pasta alla marinara	Orzotto con zucchine e zafferano	Pasta al tonno
	Bocconcini di pollo al limone	Uova strapazzate	Spezzatino di bovino	Bocconcini di parmigiano	Fil. di pesce panato
	Carote julienne	Spinaci all'olio	Bietta all'agro	Insalata di pomodori	Zucchine trifolate
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Gelato
8 SETTIMANA	Insalata di pasta(s/piselli)	Pasta con crema di zucchine	Risotto al pomodoro	Crema di ceci con pasta	Pasta al ragu' vegetale
	Hamburger di vitello	Mozzarella	Medaglione di pesce	Straccetti di bovino al tegame	Uova strapazzate
	Spinaci all'agro	Insalata di pomodori	Insalata verde	Carote e patate all'olio	Fagiolini all'olio
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Gelato	Frutta di stagione
9 SETTIMANA	Pasta al pomodoro	Pasta al tonno in bianco	Pasta alla pizzaiola	Pasta alla parmigiana	Insalata di riso(s/piselli)
	Frittata	Hamburger di pesce	Asiago	Fusi di pollo al forno	Bresaola
	Zucchine gratinate	Patate croccanti al forno	Carote julienne	Fagiolini all'olio	Insalata arlecchino
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Gelato	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione

[illegible]

CIRFOOD

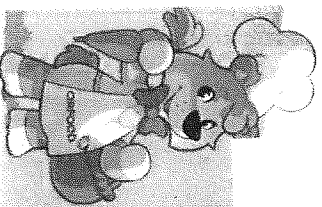




# Menu Scuole Comune di Frascati – Scuola dell'Infanzia e Primaria

## Estate | Anno Scolastico 2019 - 2020

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	ENERDÌ
6 SETTIMANA	Gnocchi di patate al pesto	Lasagna la forno	Risotto allo zafferano	Pasta alla parmigiana	Pasta al pomodoro
	Bocconcini di parmigiano	Arrosto di tacchino(salame)	Frittata	Spezzatino di bovino al limone	Medaglioni di pesce
	Carote all'olio	Insalata di pomodori	Patate al forno	Bieta all'agro	Fagiolini all'olio
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Gelato	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
7 SETTIMANA	Crema di verdure(s/piselli)stive con riso	Pasta al pomodoro e basilico	Pasta con crema di melanzane	Orzotto con zucchine	Pasta all'ortolana
	Hamburger di bovino	Medaglioni di pesce	Uova strapazzate	Caciottina	Prosciutto cotto
	Insalata mista estiva	Spinaci all'agro	Bieta all'olio	Insalata di pomodori e cetrioli	Insalata verde
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Gelato	Frutta di stagione	Frutta di stagione
8 SETTIMANA	Crema di ceci con pasta	Tagliatelle al pomodoro	Insalata di pasta(s/piselli)	Risotto allo zafferano	Pasta con crema di zucchine
	Frittata	Mozzarella	Stracetti di bovino	Tonno sott'olio	Bocconcini di tacchino al rosmarino
	Patate al rosmarino	Carote julienne	Patate all'olio	Insalata verde	Spinaci al limone
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Gelato	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
9 SETTIMANA	Pasta al pomodoro	Crema di fagioli con farro	Riso alla parmigiana	Gnocchi di patate al pomodoro	Insalata di pasta con tonno e pomodoro
	Bresaola	Asiago	Arrosto di bovino	Uova strapazzate	Merluzzo gratinato
	Carote julienne	Insalata di pomodori	Melanzane al pomodoro	Zucchine gratinate	Fagiolini all'olio
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Gelato

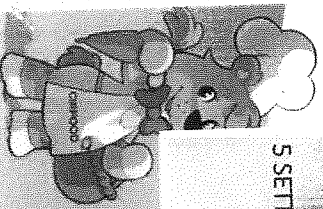


SI INFORMANO I CONSUMATORI CON ALLERGIE O INTOLLERANZE ALIMENTARI, O CHI PER ESSA (genitori/tutori), che negli alimenti e nelle preparazioni presenti nel menu sono presenti ingredienti che possono essere fonte di allergie o intolleranze alimentari. Le informazioni relative alla presenza di allergie o intolleranze alimentari vengono raccolte mediante scheda certificazione medica e in fase di compilazione del menu. Le informazioni relative alla presenza di allergie o intolleranze alimentari vengono raccolte mediante scheda certificazione medica e in fase di compilazione del menu.



2010 2020

Menu soude continuu di 1400 kcal					
Esclusa la carne e i prodotti di origine animale					
2020 2020 2020 2020 2020					
LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ	
Pasta al pesto		Pasta alla parmigiana		Pasta al pesto	
Bocconcini di tacchino croccanti		Straccetti di bovino al pomodoro		Mozzarella	
Carote julienne		Bieta all'agro		Insalata di pomodori e cetrioli	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Gelato		Frutta di stagione	
Riso alla parmigiana		Crema di ceci con pasta		Pasta al ragu di pesce	
Hamburger di vitello		Fusi di pollo al forno		Frittata saporita	
Carote all'olio		Insalata mista estiva		Patate al rosmarino	
Pane		Pane		Pane	
Gelato		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta al tonno in bianco		Riso alla parmigiana		Gnocchi di patate al pomodoro e basilico	
Frittata		Fil di merluzzo panati		Caciottina	
Insalata verde		Zucchine trifolate		Insalata di pomodori	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta la ragu di mare		Insalata di pasta(s/piselli)		Insalata di riso(s/piselli)	
Prosciutto cotto		Polpette di vitello al tegame		Frittatina	
Insalata di pomodori		Carote all'olio		Fagiolini all'olio	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta al pomodoro e ricetta romana		Crema di fagioli con pasta		Pasta alla parmigiana	
Bocconcini di pollo al limone		Frittata		Arrosti di suino	
Fagiolini all'olio		Insalata verde		Patate al forno	
Pane		Pane		Pane	
5 SETTIMANA		5 SETTIMANA		5 SETTIMANA	
LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ	
Pasta al pesto		Pasta alla parmigiana		Pasta al pesto	
Bocconcini di tacchino croccanti		Straccetti di bovino al pomodoro		Mozzarella	
Carote julienne		Bieta all'agro		Insalata di pomodori e cetrioli	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Gelato		Frutta di stagione	
Riso alla parmigiana		Crema di ceci con pasta		Pasta al ragu di pesce	
Hamburger di vitello		Fusi di pollo al forno		Frittata saporita	
Carote all'olio		Insalata mista estiva		Patate al rosmarino	
Pane		Pane		Pane	
Gelato		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta al tonno in bianco		Riso alla parmigiana		Gnocchi di patate al pomodoro e basilico	
Frittata		Fil di merluzzo panati		Caciottina	
Insalata verde		Zucchine trifolate		Insalata di pomodori	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta la ragu di mare		Insalata di pasta(s/piselli)		Insalata di riso(s/piselli)	
Prosciutto cotto		Polpette di vitello al tegame		Frittatina	
Insalata di pomodori		Carote all'olio		Fagiolini all'olio	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta al pomodoro e ricetta romana		Crema di fagioli con pasta		Pasta alla parmigiana	
Bocconcini di pollo al limone		Frittata		Arrosti di suino	
Fagiolini all'olio		Insalata verde		Patate al forno	
Pane		Pane		Pane	
5 SETTIMANA		5 SETTIMANA		5 SETTIMANA	
LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ	
Pasta al pesto		Pasta alla parmigiana		Pasta al pesto	
Bocconcini di tacchino croccanti		Straccetti di bovino al pomodoro		Mozzarella	
Carote julienne		Bieta all'agro		Insalata di pomodori e cetrioli	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Gelato		Frutta di stagione	
Riso alla parmigiana		Crema di ceci con pasta		Pasta al ragu di pesce	
Hamburger di vitello		Fusi di pollo al forno		Frittata saporita	
Carote all'olio		Insalata mista estiva		Patate al rosmarino	
Pane		Pane		Pane	
Gelato		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta al tonno in bianco		Riso alla parmigiana		Gnocchi di patate al pomodoro e basilico	
Frittata		Fil di merluzzo panati		Caciottina	
Insalata verde		Zucchine trifolate		Insalata di pomodori	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta la ragu di mare		Insalata di pasta(s/piselli)		Insalata di riso(s/piselli)	
Prosciutto cotto		Polpette di vitello al tegame		Frittatina	
Insalata di pomodori		Carote all'olio		Fagiolini all'olio	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta al pomodoro e ricetta romana		Crema di fagioli con pasta		Pasta alla parmigiana	
Bocconcini di pollo al limone		Frittata		Arrosti di suino	
Fagiolini all'olio		Insalata verde		Patate al forno	
Pane		Pane		Pane	
5 SETTIMANA		5 SETTIMANA		5 SETTIMANA	
LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ	
Pasta al pesto		Pasta alla parmigiana		Pasta al pesto	
Bocconcini di tacchino croccanti		Straccetti di bovino al pomodoro		Mozzarella	
Carote julienne		Bieta all'agro		Insalata di pomodori e cetrioli	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Gelato		Frutta di stagione	
Riso alla parmigiana		Crema di ceci con pasta		Pasta al ragu di pesce	
Hamburger di vitello		Fusi di pollo al forno		Frittata saporita	
Carote all'olio		Insalata mista estiva		Patate al rosmarino	
Pane		Pane		Pane	
Gelato		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta al tonno in bianco		Riso alla parmigiana		Gnocchi di patate al pomodoro e basilico	
Frittata		Fil di merluzzo panati		Caciottina	
Insalata verde		Zucchine trifolate		Insalata di pomodori	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta la ragu di mare		Insalata di pasta(s/piselli)		Insalata di riso(s/piselli)	
Prosciutto cotto		Polpette di vitello al tegame		Frittatina	
Insalata di pomodori		Carote all'olio		Fagiolini all'olio	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta al pomodoro e ricetta romana		Crema di fagioli con pasta		Pasta alla parmigiana	
Bocconcini di pollo al limone		Frittata		Arrosti di suino	
Fagiolini all'olio		Insalata verde		Patate al forno	
Pane		Pane		Pane	
5 SETTIMANA		5 SETTIMANA		5 SETTIMANA	
LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ	
Pasta al pesto		Pasta alla parmigiana		Pasta al pesto	
Bocconcini di tacchino croccanti		Straccetti di bovino al pomodoro		Mozzarella	
Carote julienne		Bieta all'agro		Insalata di pomodori e cetrioli	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Gelato		Frutta di stagione	
Riso alla parmigiana		Crema di ceci con pasta		Pasta al ragu di pesce	
Hamburger di vitello		Fusi di pollo al forno		Frittata saporita	
Carote all'olio		Insalata mista estiva		Patate al rosmarino	
Pane		Pane		Pane	
Gelato		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta al tonno in bianco		Riso alla parmigiana		Gnocchi di patate al pomodoro e basilico	
Frittata		Fil di merluzzo panati		Caciottina	
Insalata verde		Zucchine trifolate		Insalata di pomodori	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta la ragu di mare		Insalata di pasta(s/piselli)		Insalata di riso(s/piselli)	
Prosciutto cotto		Polpette di vitello al tegame		Frittatina	
Insalata di pomodori		Carote all'olio		Fagiolini all'olio	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta al pomodoro e ricetta romana		Crema di fagioli con pasta		Pasta alla parmigiana	
Bocconcini di pollo al limone		Frittata		Arrosti di suino	
Fagiolini all'olio		Insalata verde		Patate al forno	
Pane		Pane		Pane	
5 SETTIMANA		5 SETTIMANA		5 SETTIMANA	
LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ	
Pasta al pesto		Pasta alla parmigiana		Pasta al pesto	
Bocconcini di tacchino croccanti		Straccetti di bovino al pomodoro		Mozzarella	
Carote julienne		Bieta all'agro		Insalata di pomodori e cetrioli	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Gelato		Frutta di stagione	
Riso alla parmigiana		Crema di ceci con pasta		Pasta al ragu di pesce	
Hamburger di vitello		Fusi di pollo al forno		Frittata saporita	
Carote all'olio		Insalata mista estiva		Patate al rosmarino	
Pane		Pane		Pane	
Gelato		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta al tonno in bianco		Riso alla parmigiana		Gnocchi di patate al pomodoro e basilico	
Frittata		Fil di merluzzo panati		Caciottina	
Insalata verde		Zucchine trifolate		Insalata di pomodori	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta la ragu di mare		Insalata di pasta(s/piselli)		Insalata di riso(s/piselli)	
Prosciutto cotto		Polpette di vitello al tegame		Frittatina	
Insalata di pomodori		Carote all'olio		Fagiolini all'olio	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta al pomodoro e ricetta romana		Crema di fagioli con pasta		Pasta alla parmigiana	
Bocconcini di pollo al limone		Frittata		Arrosti di suino	
Fagiolini all'olio		Insalata verde		Patate al forno	
Pane		Pane		Pane	
5 SETTIMANA		5 SETTIMANA		5 SETTIMANA	
LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ	
Pasta al pesto		Pasta alla parmigiana		Pasta al pesto	
Bocconcini di tacchino croccanti		Straccetti di bovino al pomodoro		Mozzarella	
Carote julienne		Bieta all'agro		Insalata di pomodori e cetrioli	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Gelato		Frutta di stagione	
Riso alla parmigiana		Crema di ceci con pasta		Pasta al ragu di pesce	
Hamburger di vitello		Fusi di pollo al forno		Frittata saporita	
Carote all'olio		Insalata mista estiva		Patate al rosmarino	
Pane		Pane		Pane	
Gelato		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta al tonno in bianco		Riso alla parmigiana		Gnocchi di patate al pomodoro e basilico	
Frittata		Fil di merluzzo panati		Caciottina	
Insalata verde		Zucchine trifolate		Insalata di pomodori	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta la ragu di mare		Insalata di pasta(s/piselli)		Insalata di riso(s/piselli)	
Prosciutto cotto		Polpette di vitello al tegame		Frittatina	
Insalata di pomodori		Carote all'olio		Fagiolini all'olio	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta al pomodoro e ricetta romana		Crema di fagioli con pasta		Pasta alla parmigiana	
Bocconcini di pollo al limone		Frittata		Arrosti di suino	
Fagiolini all'olio		Insalata verde		Patate al forno	
Pane		Pane		Pane	
5 SETTIMANA		5 SETTIMANA		5 SETTIMANA	
LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ	
Pasta al pesto		Pasta alla parmigiana		Pasta al pesto	
Bocconcini di tacchino croccanti		Straccetti di bovino al pomodoro		Mozzarella	
Carote julienne		Bieta all'agro		Insalata di pomodori e cetrioli	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Gelato		Frutta di stagione	
Riso alla parmigiana		Crema di ceci con pasta		Pasta al ragu di pesce	
Hamburger di vitello		Fusi di pollo al forno		Frittata saporita	
Carote all'olio		Insalata mista estiva		Patate al rosmarino	
Pane		Pane		Pane	
Gelato		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta al tonno in bianco		Riso alla parmigiana		Gnocchi di patate al pomodoro e basilico	
Frittata		Fil di merluzzo panati		Caciottina	
Insalata verde		Zucchine trifolate		Insalata di pomodori	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta la ragu di mare		Insalata di pasta(s/piselli)		Insalata di riso(s/piselli)	
Prosciutto cotto		Polpette di vitello al tegame		Frittatina	
Insalata di pomodori		Carote all'olio		Fagiolini all'olio	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta al pomodoro e ricetta romana		Crema di fagioli con pasta		Pasta alla parmigiana	
Bocconcini di pollo al limone		Frittata		Arrosti di suino	
Fagiolini all'olio		Insalata verde		Patate al forno	
Pane		Pane		Pane	
5 SETTIMANA		5 SETTIMANA		5 SETTIMANA	
LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ	
Pasta al pesto		Pasta alla parmigiana		Pasta al pesto	
Bocconcini di tacchino croccanti		Straccetti di bovino al pomodoro		Mozzarella	
Carote julienne		Bieta all'agro		Insalata di pomodori e cetrioli	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Gelato		Frutta di stagione	
Riso alla parmigiana		Crema di ceci con pasta		Pasta al ragu di pesce	
Hamburger di vitello		Fusi di pollo al forno		Frittata saporita	
Carote all'olio		Insalata mista estiva		Patate al rosmarino	
Pane		Pane		Pane	
Gelato		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta al tonno in bianco		Riso alla parmigiana		Gnocchi di patate al pomodoro e basilico	
Frittata		Fil di merluzzo panati		Caciottina	
Insalata verde		Zucchine trifolate		Insalata di pomodori	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta la ragu di mare		Insalata di pasta(s/piselli)		Insalata di riso(s/piselli)	
Prosciutto cotto		Polpette di vitello al tegame		Frittatina	
Insalata di pomodori		Carote all'olio		Fagiolini all'olio	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta al pomodoro e ricetta romana		Crema di fagioli con pasta		Pasta alla parmigiana	
Bocconcini di pollo al limone		Frittata		Arrosti di suino	
Fagiolini all'olio		Insalata verde		Patate al forno	
Pane		Pane		Pane	
5 SETTIMANA		5 SETTIMANA		5 SETTIMANA	
LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ	
Pasta al pesto		Pasta alla parmigiana		Pasta al pesto	
Bocconcini di tacchino croccanti		Straccetti di bovino al pomodoro		Mozzarella	
Carote julienne		Bieta all'agro		Insalata di pomodori e cetrioli	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Gelato		Frutta di stagione	
Riso alla parmigiana		Crema di ceci con pasta		Pasta al ragu di pesce	
Hamburger di vitello		Fusi di pollo al forno		Frittata saporita	
Carote all'olio		Insalata mista estiva		Patate al rosmarino	
Pane		Pane		Pane	
Gelato		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta al tonno in bianco		Riso alla parmigiana		Gnocchi di patate al pomodoro e basilico	
Frittata		Fil di merluzzo panati		Caciottina	
Insalata verde		Zucchine trifolate		Insalata di pomodori	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta la ragu di mare		Insalata di pasta(s/piselli)		Insalata di riso(s/piselli)	
Prosciutto cotto		Polpette di vitello al tegame		Frittatina	
Insalata di pomodori		Carote all'olio		Fagiolini all'olio	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta al pomodoro e ricetta romana		Crema di fagioli con pasta		Pasta alla parmigiana	
Bocconcini di pollo al limone		Frittata		Arrosti di suino	
Fagiolini all'olio		Insalata verde		Patate al forno	
Pane		Pane		Pane	
5 SETTIMANA		5 SETTIMANA		5 SETTIMANA	
LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ	
Pasta al pesto		Pasta alla parmigiana		Pasta al pesto	
Bocconcini di tacchino croccanti		Straccetti di bovino al pomodoro		Mozzarella	
Carote julienne		Bieta all'agro		Insalata di pomodori e cetrioli	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Gelato		Frutta di stagione	
Riso alla parmigiana		Crema di ceci con pasta		Pasta al ragu di pesce	
Hamburger di vitello		Fusi di pollo al forno		Frittata saporita	
Carote all'olio		Insalata mista estiva		Patate al rosmarino	
Pane		Pane		Pane	
Gelato		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta al tonno in bianco		Riso alla parmigiana		Gnocchi di patate al pomodoro e basilico	
Frittata		Fil di merluzzo panati		Caciottina	
Insalata verde		Zucchine trifolate		Insalata di pomodori	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta la ragu di mare		Insalata di pasta(s/piselli)		Insalata di riso(s/piselli)	
Prosciutto cotto		Polpette di vitello al tegame		Frittatina	
Insalata di pomodori		Carote all'olio		Fagiolini all'olio	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Frutta di stagione		Frutta di stagione	
Pasta al pomodoro e ricetta romana		Crema di fagioli con pasta		Pasta alla parmigiana	
Bocconcini di pollo al limone		Frittata		Arrosti di suino	
Fagiolini all'olio		Insalata verde		Patate al forno	
Pane		Pane		Pane	
5 SETTIMANA		5 SETTIMANA		5 SETTIMANA	
LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ	
Pasta al pesto		Pasta alla parmigiana		Pasta al pesto	
Bocconcini di tacchino croccanti		Straccetti di bovino al pomodoro		Mozzarella	
Carote julienne		Bieta all'agro		Insalata di pomodori e cetrioli	
Pane		Pane		Pane	
Frutta di stagione		Gelato		Frutta di stagione	
Riso alla parmigiana		Crema di			





(Allegato A.2)

Informazioni nutrizionali necessarie per la valutazione delle tabelle dietetiche e relativa modulistica

PROSPETTO RIASSUNTIVO GENERALE

da compilare per ciascuna tabella dietetica e/o menu consegnato

(es. n 3 tabelle dietetiche e/o menu, devono essere accompagnati da n. 3 prospetti riassuntivi generali)

Caratteristiche del Servizio di Ristorazione (numero di pasti giornalieri, modalità di preparazione e somministrazione)	PREPARAZIONE E DISTRIBUZIONE DEI PASTI PER GLI ALUNNI DELLA SCUOLA PRIMARIA DEL COMUNE DI FRASCATI					
Tipologia dell'utenza (sesso, età, il tempo di permanenza nella struttura)	MASCHI E FEMMINE DI ETÀ COMPRESA DA 6 - 11 ANNI					
livello di attività fisica medio dell'utenza (attività fisica, attività lavorativa)	SCOLASTICA					
Tipologia dei pasti somministrati (colazione, pranzo, cena, spuntino/merenda)	Colazione <input type="checkbox"/> Si <input type="checkbox"/> No	Merenda <input type="checkbox"/> Si <input type="checkbox"/> No	Pranzo <input type="checkbox"/> Si <input type="checkbox"/> No	Merenda <input type="checkbox"/> Si <input type="checkbox"/> No	Cena <input type="checkbox"/> Si <input type="checkbox"/> No	
Menù previsti (menù comune, eventuali menù speciali)	MENÙ COMUNI STAGIONALI: AUTUNNALE, INVERNALE, PRIMAVERILE, ESTIVO MENÙ SPECIALE SU RICHIESTA					
Presenza di menù per celiachia (L. n 123 del 4/07/05; G.U. n. 156 del 7/07/05)	<input type="checkbox"/> Si <input type="checkbox"/> No SU RICHIESTA					
Numero di settimane previste dal menù	9 SETTIMANE PER OGNI STAGIONE					
Indicare il quantitativo calorico giornaliero medio, calcolato almeno su un periodo di 7 giorni	kcal (SETTIMANA MENÙ INVERNALE) 723,57					
Indicare il quantitativo in macronutrienti giornaliero medio (espresso in g e % kcal), calcolato almeno su un periodo di 5 giorni	Carboidrati complessi g 110,96 % 61,33 kcal tot 443,76	Carboidrati semplici g. % kcal tot	Proteine g 29,78 % 16,46 kcal tot 119,12	Grassi totali g 17,86 % 22,21 kcal tot 160,74	Grassi saturi g % kcal tot	Grassi Mono insaturi g % kcal tot
Indicare il quantitativo in micronutrienti (almeno calcio e ferro) giornaliero medio, calcolato almeno su un periodo di 7 giorni	Calcio mg 205,44	Ferro mg 5,25				
Si intende effettuare una valutazione periodica del gradimento e/o una valutazione della tipologia degli scarti ?	<input checked="" type="checkbox"/> NO			<input type="checkbox"/> SI		







Comune di Frascati  
Scuola Infanzia e Primaria  
menù autunnale

1° SETTEMBRE		2° SETTEMBRE		3° SETTEMBRE		4° SETTEMBRE		5° SETTEMBRE		6° SETTEMBRE		7° SETTEMBRE		8° SETTEMBRE		9° SETTEMBRE		10° SETTEMBRE									
Venerdì		Sabato		Domenica		Venerdì		Sabato		Domenica		Venerdì		Sabato		Domenica		Venerdì									
LUNEDÌ	Risotto con zucca Baccanelli di parmigiano Insalata mista Pane Frutta di stagione	82g 40g 50g 50g 25g 150g	115g 50g 50g 50g 50g 150g	Giacchi di patate al pomodoro Uova strapazzate Bietta all'aglio Pane Yogurt	255g 50g 85g 105g 25g 125g	310g 70g 105g 50g 50g 125g	Patata al forno Prosciutto cotto Insalata di finocchi Pane Frutta di stagione	194g 40g 104g 25g 150g 150g	272g 50g 135g 50g 50g 150g	Zuppa di lentichie con pasta Fusi di pollo al forno Carne all'olio Pane Macedonia di frutta	82g 80g 84g 25g 150g 150g	81g 80g 105g 50g 50g 150g	Patata al pomodoro Tortino di patate con mozzarella Pane Frutta di stagione	129g 180g 207g 25g 150g 150g	180g 207g 50g 50g 50g 150g	Crema di verdure con riso Frittata con spinaci Pane Yogurt	102g 73g 80g 25g 125g 125g	125g 80g 100g 50g 50g 125g	Insalata al pomodoro Baccanelli di salmone alla occidentale Pane Frutta di stagione	129g 60g 85g 25g 150g 150g	181g 81g 100g 50g 50g 150g	Risotto con baccanelli di biondo al pomodoro Pane Frutta di stagione	194g 85g 100g 25g 150g 150g	270g 100g 80g 50g 50g 150g	Baccanelli di tacchino al limone Pane Frutta di stagione	70g 74g 80g 25g 150g 150g	90g 85g 110g 50g 50g 150g
	Patata con cavolfiori e speck Arrosto di salmone Tiré di verdure all'olio Pane Frutta di stagione	96g 74g 84g 25g 150g	134g 90g 105g 50g 150g	Crema di riso con pasta spinaci Tortino di ricotta e spinaci Pane Frutta di stagione	82g 352g 152g 25g 150g	50g 177g 50g 50g 150g	Patata alla parmigiana Staccetti di biondo Patate di patate Pane Frutta di stagione	85g 63g 55g 25g 150g	106g 73g 119g 50g 150g	Patata al sugo di pesce Nastello al limone Cavolfiori all'olio Pane Yogurt	135g 70g 80g 25g 125g	180g 100g 100g 50g 125g	Risotto alla zucca Uova strapazzate Franchi gratinati Pane Frutta di stagione	82g 50g 110g 25g 150g	115g 70g 142g 50g 130g	Patata con crema di broccoli Caciotta Carne julienne Pane Macedonia di frutta	80g 60g 85g 25g 150g	125g 70g 105g 50g 150g	Patata al rogo di pesce Tartaro Insalata mista Pane Frutta di stagione	135g 50g 64g 25g 150g	180g 60g 95g 50g 150g	Risotto con cavolfiori di polli arrosto Spinaci all'aglio Pane Yogurt	85g 80g 84g 25g 125g	110g 80g 105g 50g 125g	Patata alla parmigiana Crocchette di melanzana Patate al rosmarino Pane Frutta di stagione	130g 96g 85g 25g 130g	194g 131g 106g 50g 150g
	Patata al pomodoro Macedonia di pesce Salmone al limone Pane Yogurt	129g 95g 84g 25g 125g	180g 130g 105g 50g 125g	Risotto allo zafferano Hamburger di vitello Carne julienne Pane Frutta di stagione	89g 63g 85g 25g 150g	91g 84g 105g 50g 150g	Patata alla marinara Macedonia al pomodoro Fagiolini all'olio Pane Macedonia di frutta	125g 94g 104g 25g 150g	175g 132g 135g 50g 150g	Patata al pomodoro e frittata romana Frittata camicia Spinaci al burro Pane Frutta di stagione	130g 73g 84g 25g 150g	150g 80g 100g 50g 150g	Milanesa di tagliati con pasta Baccanelli di tacchino al rosmarino Insalata arancione Pane Yogurt	82g 64g 54g 25g 125g	87g 85g 81g 50g 125g	Patata alla parmigiana Macedonia di pesce Bietta al limone Pane Frutta di stagione	85g 50g 85g 25g 150g	100g 130g 106g 50g 150g	Zuppa di finocchi con pasta Asiago Insalata di finocchi Pane Frutta di stagione	82g 40g 104g 25g 150g	87g 50g 135g 50g 150g	Patata al forno Hamburger di pesce Patate di patate Pane Frutta di stagione	135g 74g 55g 25g 150g	180g 91g 110g 50g 150g	Frittata Insalata di finocchi Pane Yogurt	59g 104g 25g 125g	63g 135g 50g 125g
	Patata al pomodoro Macedonia di pesce Salmone al limone Pane Yogurt	129g 95g 84g 25g 125g	180g 130g 105g 50g 125g	Risotto allo zafferano Hamburger di vitello Carne julienne Pane Frutta di stagione	89g 63g 85g 25g 150g	91g 84g 105g 50g 150g	Patata alla marinara Macedonia al pomodoro Fagiolini all'olio Pane Macedonia di frutta	125g 94g 104g 25g 150g	175g 132g 135g 50g 150g	Patata al pomodoro e frittata romana Frittata camicia Spinaci al burro Pane Frutta di stagione	130g 73g 84g 25g 150g	150g 80g 100g 50g 150g	Milanesa di tagliati con pasta Baccanelli di tacchino al rosmarino Insalata arancione Pane Yogurt	82g 64g 54g 25g 125g	87g 85g 81g 50g 125g	Patata alla parmigiana Macedonia di pesce Bietta al limone Pane Frutta di stagione	85g 50g 85g 25g 150g	100g 130g 106g 50g 150g	Zuppa di finocchi con pasta Asiago Insalata di finocchi Pane Frutta di stagione	82g 40g 104g 25g 150g	87g 50g 135g 50g 150g	Patata al forno Hamburger di pesce Patate di patate Pane Frutta di stagione	135g 74g 55g 25g 150g	180g 91g 110g 50g 150g	Frittata Insalata di finocchi Pane Yogurt	59g 104g 25g 125g	63g 135g 50g 125g
GIOVEDÌ	Zuppa di legumi con pasta Frittata con spinaci Fagiolini all'olio Pane Frutta di stagione	82g 73g 104g 25g 150g	90g 80g 105g 50g 150g	Patata al rogo vegetale Baccanelli di pollo crocchetti Insalata verde Pane Macedonia di frutta	100g 69g 53g 25g 150g	140g 50g 63g 50g 150g	Risotto con piselli Mortadella Carne julienne Pane Frutta di stagione	85g 40g 85g 25g 150g	119g 50g 106g 50g 150g	Patata alla parmigiana Spezzatino di salmone con piselli e patate Pane Frutta di stagione	60g 134g 160g 25g 150g	84g 160g 180g 50g 150g	Giacchi di patate al pesto Polpetta di vitello Bietta al pomodoro Pane Frutta di stagione	203g 115g 134g 155g 150g	220g 134g 155g 50g 150g	Patata con ricotta al pomodoro Mortadella Insalata di finocchi Pane Frutta di stagione	106g 30g 104g 25g 150g	200g 35g 135g 50g 150g	Risotto allo zafferano Arrosto di biondo Macedonia di verdure Pane Frutta di stagione	69g 74g 84g 25g 150g	91g 85g 110g 50g 150g	Milanesa di patate con pasta Uova strapazzate al pomodoro Tiré di verdure all'olio Pane Macedonia di frutta	85g 63g 84g 25g 150g	100g 75g 105g 50g 150g	Patata al pomodoro Mortadella Carne julienne Pane Frutta di stagione	120g 50g 85g 25g 150g	180g 60g 106g 50g 150g
	Patata con crema di broccoli Biscione Insalata di finocchi Pane Macedonia di frutta	104g 40g 104g 25g 150g	124g 50g 135g 50g 150g	Patata al rogo vegetale Biscione Insalata di finocchi Pane Frutta di stagione	89g 61g 84g 25g 150g	124g 115g 105g 50g 150g	Crema di verdure con orzo Frittata con patate Spinaci all'aglio Pane Yogurt	102g 73g 84g 25g 125g	125g 84g 105g 50g 125g	Risotto al pomodoro Formaggio morbido Insalata mista Pane Frutta di stagione	120g 60g 64g 25g 150g	181g 70g 90g 50g 150g	Patata al forno Concettine di manzo Carne al burro Pane Macedonia di frutta	135g 96g 84g 25g 150g	189g 131g 105g 50g 150g	Patata al forno Concettine di manzo Carne al burro Pane Frutta di stagione	82g 59g 80g 25g 150g	90g 90g 110g 50g 150g	Crema di tagliati con burro Staccetti di biondo alla picciola Bietta all'olio Pane Frutta di stagione	84g 102g 133g 25g 150g	87g 150g 105g 50g 150g						
	Patata con crema di broccoli Biscione Insalata di finocchi Pane Macedonia di frutta	104g 40g 104g 25g 150g	124g 50g 135g 50g 150g	Patata al rogo vegetale Biscione Insalata di finocchi Pane Frutta di stagione	89g 61g 84g 25g 150g	124g 115g 105g 50g 150g	Crema di verdure con orzo Frittata con patate Spinaci all'aglio Pane Yogurt	102g 73g 84g 25g 125g	125g 84g 105g 50g 125g	Risotto al pomodoro Formaggio morbido Insalata mista Pane Frutta di stagione	120g 60g 64g 25g 150g	181g 70g 90g 50g 150g	Patata al forno Concettine di manzo Carne al burro Pane Macedonia di frutta	135g 96g 84g 25g 150g	189g 131g 105g 50g 150g	Patata al forno Concettine di manzo Carne al burro Pane Frutta di stagione	82g 59g 80g 25g 150g	90g 90g 110g 50g 150g	Crema di verdure con burro Staccetti di biondo alla picciola Bietta all'olio Pane Frutta di stagione	84g 102g 133g 25g 150g	87g 150g 105g 50g 150g						
	Patata con crema di broccoli Biscione Insalata di finocchi Pane Macedonia di frutta	104g 40g 104g 25g 150g	124g 50g 135g 50g 150g	Patata al rogo vegetale Biscione Insalata di finocchi Pane Frutta di stagione	89g 61g 84g 25g 150g	124g 115g 105g 50g 150g	Crema di verdure con orzo Frittata con patate Spinaci all'aglio Pane Yogurt	102g 73g 84g 25g 125g	125g 84g 105g 50g 125g	Risotto al pomodoro Formaggio morbido Insalata mista Pane Frutta di stagione	120g 60g 64g 25g 150g	181g 70g 90g 50g 150g	Patata al forno Concettine di manzo Carne al burro Pane Macedonia di frutta	135g 96g 84g 25g 150g	189g 131g 105g 50g 150g	Patata al forno Concettine di manzo Carne al burro Pane Frutta di stagione	82g 59g 80g 25g 150g	90g 90g 110g 50g 150g	Crema di verdure con burro Staccetti di biondo alla picciola Bietta all'olio Pane Frutta di stagione	84g 102g 133g 25g 150g	87g 150g 105g 50g 150g						
Patata con crema di broccoli Biscione Insalata di finocchi Pane Macedonia di frutta	104g 40g 104g 25g 150g	124g 50g 135g 50g 150g	Patata al rogo vegetale Biscione Insalata di finocchi Pane Frutta di stagione	89g 61g 84g 25g 150g	124g 115g 105g 50g 150g	Crema di verdure con orzo Frittata con patate Spinaci all'aglio Pane Yogurt	102g 73g 84g 25g 125g	125g 84g 105g 50g 125g	Risotto al pomodoro Formaggio morbido Insalata mista Pane Frutta di stagione	120g 60g 64g 25g 150g	181g 70g 90g 50g 150g	Patata al forno Concettine di manzo Carne al burro Pane Macedonia di frutta	135g 96g 84g 25g 150g	189g 131g 105g 50g 150g	Patata al forno Concettine di manzo Carne al burro Pane Frutta di stagione	82g 59g 80g 25g 150g	90g 90g 110g 50g 150g	Crema di verdure con burro Staccetti di biondo alla picciola Bietta all'olio Pane Frutta di stagione	84g 102g 133g 25g 150g	87g 150g 105g 50g 150g							
Patata con crema di broccoli Biscione Insalata di finocchi Pane Macedonia di frutta	104g 40g 104g 25g 150g	124g 50g 135g 50g 150g	Patata al rogo vegetale Biscione Insalata di finocchi Pane Frutta di stagione	89g 61g 84g 25g 150g	124g 115g 105g 50g 150g	Crema di verdure con orzo Frittata con patate Spinaci all'aglio Pane Yogurt	102g 73g 84g 25g 125g	125g 84g 105g 50g 125g	Risotto al pomodoro Formaggio morbido Insalata mista Pane Frutta di stagione	120g 60g 64g 25g 150g	181g 70g 90g 50g 150g	Patata al forno Concettine di manzo Carne al burro Pane Macedonia di frutta	135g 96g 84g 25g 150g	189g 131g 105g 50g 150g	Patata al forno Concettine di manzo Carne al burro Pane Frutta di stagione	82g 59g 80g 25g 150g	90g 90g 110g 50g 150g	Crema di verdure con burro Staccetti di biondo alla picciola Bietta all'olio Pane Frutta di stagione	84g 102g 133g 25g 150g	87g 150g 105g 50g 150g							
Patata con crema di broccoli Biscione Insalata di finocchi Pane Macedonia di frutta	104g 40g 104g 25g 150g	124g 50g 135g 50g 150g	Patata al rogo vegetale Biscione Insalata di finocchi Pane Frutta di stagione	89g 61g 84g 25g 150g	124g 115g 105g 50g 150g	Crema di verdure con orzo Frittata con patate Spinaci all'aglio Pane Yogurt	102g 73g 84g 25g 125g	125g 84g 105g 50g 125g	Risotto al pomodoro Formaggio morbido Insalata mista Pane Frutta di stagione	120g 60g 64g 25g 150g	181g 70g 90g 50g 150g	Patata al forno Concettine di manzo Carne al burro Pane Macedonia di frutta	135g 96g 84g 25g 150g	189g 131g 105g 50g 150g	Patata al forno Concettine di manzo Carne al burro Pane Frutta di stagione	82g 59g 80g 25g 150g	90g 90g 110g 50g 150g	Crema di verdure con burro Staccetti di biondo alla picciola Bietta all'olio Pane Frutta di stagione	84g 102g 133g 25g 150g	87g 150g 105g 50g 150g							

Calcolo Bromatologico Menù Autunnale



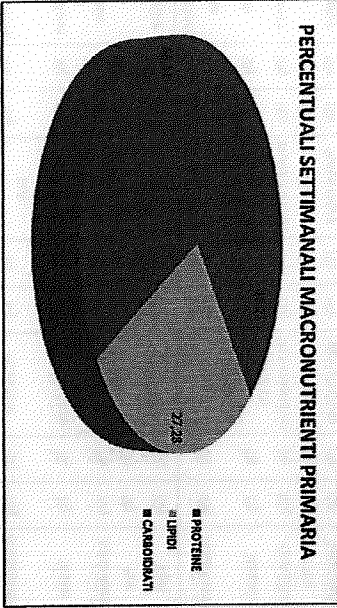
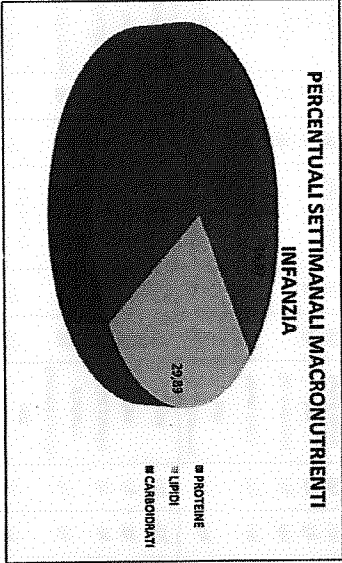
COSEMIAN PIANA DI RISTORAZIONE

PERCENTUALI SETTIMANALI MACRONUTRIENTI

NUTRIENTE	PERCENTUALE INFANZIA	PERCENTUALE PRIMARIA
PROTEINE	16,87	16,21
LIPIDI	29,89	27,28
CARBOIDRATI	53,23	56,51
TOTALE	100,00	100,00

Media settimanale

Nutrienti	U.M.	INFANZIA	PRIMARIA
		QTA	QTA
Proteine	g	23,54	31,82
Fosforo	mg	395,36	535,73
Zinco	mg	3,26	4,13
Tiamina	mg	0,24	0,34
Riboflavina	mg	0,40	0,54
Niacina	mg	3,98	5,34
Vitamina C	mg	44,49	61,56
Vitamina B6	mg	0,44	0,58
Acido Folico	µg	79,31	106,10
Vitamina E	mg	2,96	3,97
Vitamina D	µg	0,51	0,74
Lipidi	g	18,54	23,81
Alcool	g	0,00	0,00
Acqua	g	266,49	355,89
Acidi Grassi	g	0,00	0,00
Glucidi	g	74,27	110,97
Cellulofite	mg	96,54	121,21
Fibra	g	6,55	9,31
Ferro	mg	3,49	4,83
Calcio	mg	269,40	355,40
Sodio	mg	533,36	814,78
Potassio	mg	932,44	1.252,90
Kcal:		536,09	785,42



CIR FOOD S.p.A.  
Ufficio Qualità e Sicurezza  
Area Centro Sud  
La Dietista  
Dott.ssa Grazia Pacifico



Comune di Frascati  
Scuola Infanzia e Primaria

menù invernale

1° SETTIMANA		2° SETTIMANA		3° SETTIMANA		4° SETTIMANA		5° SETTIMANA		6° SETTIMANA		7° SETTIMANA		8° SETTIMANA		9° SETTIMANA		10° SETTIMANA			
referenziale	prezzo	referenziale	prezzo	referenziale	prezzo	referenziale	prezzo	referenziale	prezzo	referenziale	prezzo	referenziale	prezzo	referenziale	prezzo	referenziale	prezzo	referenziale	prezzo		
LUNEDÌ	Pasta di spaghetti al burro e salsa	104g	125g	Pasta in salsa rosa e cipolla	139g	104g	125g	Gnocchi di patate al pomodoro	255g	310g	Pasta alla pizzaiola	125g	175g	Pasta alla marinara	125g	175g	Pasta di spaghetti con olio	102g	125g		
	Acquoso di tacchino (infuso)	40g	45g	Bocconcini di pollo panati	69g	90g	Montasio	40g	50g	Bocconcini di salsiccia cacciatora	69g	81g	Polpettone di tonno	80g	106g	Uova strapazzate	58g	70g	Pasta alla parmigiana	69g	105g
	Carote julienne	85g	106g	Carofani all'olio	84g	105g	Insalata di finocchi	104g	135g	Misto di verdure cotte	53g	94g	Bocconi all'olio	84g	105g	Pate di patate	53g	115g	Hamburger di vitello	61g	84g
	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Spicchi all'aglio	84g	105g
MARTEDÌ	Spennata d'arancia	100g	125g	Fritta di spaghetti	125g	125g	Desert	110g	110g	Fritta di spaghetti	125g	125g	Fritta di spaghetti	125g	125g	Macedonia di frutta	150g	150g	Spennata d'arancia	150g	150g
	Crema di spaghetti con burro	82g	87g	Ricotto al pomodoro	129g	181g	Pasta alla parmigiana	85g	106g	Pasta di verdure con pasta	102g	125g	Gnocchi di patate in salsa bianca	255g	270g	Pasta di spaghetti con polpettone	100g	140g	Uova strapazzate	82g	90g
	Spezzatino di vitello agli aromi	69g	81g	Fritta con spinaci	71g	80g	Polpettone di vitello al limone	115g	134g	Macedonia di pesce	86g	130g	Prosciutto cotto	40g	50g	Bocconcini di polpettone	40g	50g	Bocconcini di pollo alla cacciatora	89g	81g
	Insalata di finocchi	104g	135g	Biete all'aglio	85g	106g	Spicchi all'olio	84g	105g	Pirelli al limone	85g	118g	Carote julienne	85g	106g	Insalata mista invernale	54g	69g	Pasta al forno	84g	105g
MERCLEDÌ	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g
	Fritta di spaghetti	130g	150g	Desert	110g	110g	Spennata d'arancia	100g	125g	Fritta di spaghetti	125g	125g	Macedonia di frutta	150g	150g	Fritta di spaghetti	125g	125g	Spennata d'arancia	150g	150g
	Ricotto alla parmigiana	70g	94g	Pasta con crema di cavolfiori	89g	125g	Crema di ceci con pasta	82g	90g	Tagliatelle all'uovo al pomodoro	129g	181g	Ricotto alla zucca	82g	115g	Pasta al tonno	135g	189g	Pasta alla pizzaiola	125g	175g
	Hamburger di pesce	76g	91g	Succetti di bionno	65g	79g	Uova strapazzate	58g	70g	Mazzetta	50g	60g	Dorini di pollo	115g	135g	Croccante di melanzane	89g	131g	Fritta con spinaci	79g	88g
GIOVEDÌ	Biete al limone	80g	100g	Pasta al pomodoro	85g	106g	Carote all'olio	84g	105g	Insalata all'olio	54g	81g	Pate all'olio	84g	105g	Spicchi al limone	84g	105g	Pirelli al limone	85g	118g
	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g
	Macedonia di frutta	150g	150g	Spennata d'arancia	100g	125g	Fritta di spaghetti	125g	125g	Desert	110g	110g	Fritta di spaghetti	125g	125g	Spennata d'arancia	150g	150g	Macedonia di frutta	150g	150g
	Pasta al ragù vegetale	100g	140g	Misto di polli con pasta	71g	94g	Pasta al sugo di pesce	135g	189g	Ricotto allo zafferano	69g	91g	Zuppa di legumi con pasta	82g	90g	Pasta alla pizzaiola	125g	175g	Ricotto con zucca e spinaci	94g	129g
VENERDÌ	Fritta al pomodoro	69g	75g	Biscotto	40g	50g	Macedonia granulare	50g	50g	Macedonia di polli	86g	111g	Uova strapazzate	58g	70g	Spezzatino di bionno al limone	69g	81g	Croccante di melanzane	89g	131g
	Spicchi all'olio	104g	135g	Insalata mista invernale	64g	86g	Pate di patate	53g	119g	Bietolina all'olio	84g	105g	Insalata di finocchi	104g	135g	Carote all'olio	84g	105g	Pate all'olio	84g	105g
	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g
	Fritta di spaghetti	130g	150g	Macedonia di frutta	150g	150g	Fritta di spaghetti	125g	125g	Spennata d'arancia	100g	125g	Desert	110g	110g	Fritta di spaghetti	125g	125g	Spennata d'arancia	150g	150g
SABATO	Pasta al ragù	72g	102g	Pasta alla marinara	125g	175g	Pasta al pomodoro	129g	180g	Crema di finocchi con pasta	82g	87g	Pasta al pomodoro e ricotta romana	139g	195g	Bito con crema di polli	85g	119g	Pasta al ragù di mare	135g	189g
	Polpettone di bionno al limone	115g	134g	Macedonia di pesce	96g	130g	Fritta di polli al forno	80g	80g	Fritta con patate	73g	88g	Succetti di bionno al limone	69g	79g	Bocconcini di tacchino agli aromi	64g	85g	Macedonia al limone	79g	106g
	Carote all'olio	84g	105g	Spicchi al limone	84g	105g	Spicchi al limone	84g	105g	Spicchi al limone	84g	105g	Spicchi al limone	84g	105g	Spicchi al limone	84g	105g	Spicchi al limone	84g	105g
	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g
DOMENICA	Fritta di spaghetti	110g	110g	Macedonia di frutta	150g	150g	Fritta di spaghetti	125g	125g	Spennata d'arancia	100g	125g	Desert	110g	110g	Fritta di spaghetti	125g	125g	Spennata d'arancia	150g	150g
	Pasta al ragù	72g	102g	Pasta alla marinara	125g	175g	Pasta al pomodoro	129g	180g	Crema di finocchi con pasta	82g	87g	Pasta al pomodoro e ricotta romana	139g	195g	Bito con crema di polli	85g	119g	Pasta al ragù di mare	135g	189g
	Polpettone di bionno al limone	115g	134g	Macedonia di pesce	96g	130g	Fritta di polli al forno	80g	80g	Fritta con patate	73g	88g	Succetti di bionno al limone	69g	79g	Bocconcini di tacchino agli aromi	64g	85g	Macedonia al limone	79g	106g
	Carote all'olio	84g	105g	Spicchi al limone	84g	105g	Spicchi al limone	84g	105g	Spicchi al limone	84g	105g	Spicchi al limone	84g	105g	Spicchi al limone	84g	105g	Spicchi al limone	84g	105g

Calcolo Bromatologico Menù Invernale



COSEMIAN ITALIA E INNOVATION

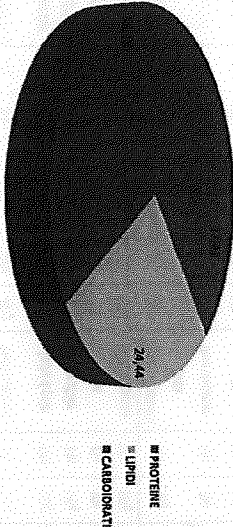
PERCENTUALI SETTIMANALI MACRONUTRIENTI

NUTRIENTE	PERCENTUALE INFANZIA	PERCENTUALE PRIMARIA
PROTEINE	17,41	16,46
LIPIDI	24,44	22,21
CARBOIDRATI	58,15	61,33
TOTALE	100,00	100,00

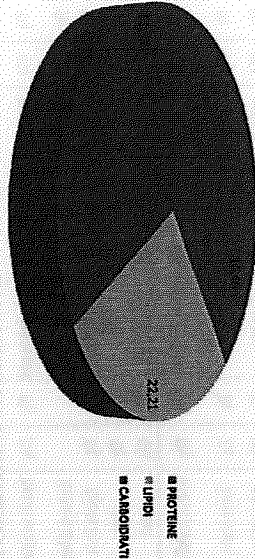
Media settimanale

Nutrienti	U.M.	INFANZIA	PRIMARIA
		QTA	QTA
Proteine	g	22,36	29,78
Fosforo	mg	325,70	448,29
Zinco	mg	2,63	3,33
Tiamina	mg	0,23	0,31
Riboflavina	mg	0,27	0,49
Niacina	mg	5,57	7,17
Vitamina C	mg	53,93	73,01
Vitamina B6	mg	0,50	0,64
Acido Folico	ug	83,95	116,12
Vitamina E	mg	3,34	4,49
Vitamina D	ug	0,51	0,74
Lipidi	g	13,95	17,86
Alcool	g	0,00	0,00
Acque	g	262,96	350,46
Acidi Grassi	g	0,00	0,00
Glucidi	g	74,67	110,94
Colesterolo	mg	86,31	105,87
Fibre	g	5,84	8,39
Ferro	mg	3,87	5,25
Calcio	mg	149,07	205,44
Sodio	mg	521,81	743,41
Potassio	mg	914,26	1.221,54
Kcal:		513,67	723,57

PERCENTUALI SETTIMANALI MACRONUTRIENTI  
INFANZIA



PERCENTUALI SETTIMANALI MACRONUTRIENTI PRIMARIA



CIR FOOD S.C.  
Ufficio Qualità e Sicurezza  
Area Centro - Sud  
La Dietista  
Dott.ssa Grazia Pacifico





Comune di Frascati  
Scuola Infanzia e Primaria

menù primaverile

COSA CUCINARE													1 SETTIMANA	2 SETTIMANA	3 SETTIMANA	4 SETTIMANA	5 SETTIMANA	6 SETTIMANA	7 SETTIMANA	8 SETTIMANA	9 SETTIMANA	10 SETTIMANA						
	Ricotto con crema di polli	85g	119g	Pasta con zucchine e speck	96g	134g	Ricotto arachidonio	156g	116g	162g	Crema di verdure con riso	102g	125g	Pasta al ragù vegetale	100g	140g	Pasta al tonno	194g	272g	Insalata di riso	107g	130g	Pasta con crema di zucchine	89g	125g	Pasta al pomodoro	129g	180g
LUNEDÌ	Frittata con prosciutto	72g	88g	Saponata di tonno agli aromi	69g	81g	Saponata di tonno al limone	69g	81g	81g	Arrosto di manzo	59g	81g	Frittatina	51g	63g	Prosciutto cotto	40g	50g	Baconcini di polli al limone	69g	81g	Hamburger di manzo	69g	84g	Frittata con zucchine	73g	88g
	Carote all'olio	84g	105g	Bietolina olio e limone	85g	104g	Bietolina all'aglio	85g	104g	104g	Pasta all'olio	84g	105g	Pasta al ragù	89g	116g	Insalata verde	51g	63g	Carote julienne	85g	106g	Saponata all'aglio	85g	106g	Fagiolini all'olio	104g	135g
	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g
	Frutta di stagione	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g	Insalata di finocchio	124g	156g	Frutta di stagione	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g
MARTEDÌ	Pasta al pomodoro	129g	180g	Insalata di pasta	107g	130g	Pasta al pomodoro e ricotta romana	139g	155g	155g	Pasta all'ortolina	100g	140g	Insalata di pasta con tonno e pomodoro	80g	111g	Insalata di finocchio con mezzo pomodoro	105g	147g	Pasta al pomodoro e ricotta romana	139g	155g	Insalata di pasta	107g	130g	Pasta al pomodoro bianco	69g	91g
	Baconcini di lardone	116g	153g	Torone	50g	60g	Baconcini di salmone alla cacciatore	69g	81g	81g	Baconcini di ricotta al pomodoro	89g	124g	Cocchette di manzo	96g	131g	Polpettone di tonno al limone	80g	106g	Uovo stropicciato	58g	70g	Mozzarella	50g	60g	Hamburger di pesce	70g	91g
	Insalata di finocchi	104g	135g	Insalata mista	64g	55g	Pasta al tonno	84g	105g	105g	Saponata al limone	84g	105g	Carote all'olio	84g	105g	Bietola all'aglio	85g	106g	Saponata all'olio	84g	105g	Insalata di pomodoro	104g	135g	Insalata mista	64g	55g
	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g
MERCOLEDÌ	Macedonia di frutta	150g	150g	Dessert	110g	110g	Frutta di stagione	150g	150g	150g	Pasta al pomodoro e basilico	129g	180g	Pasta al pomodoro	129g	181g	Pasta con crema di carofani	89g	125g	Pasta alla marinara	125g	175g	Ricotto al pomodoro	129g	181g	Pasta alla pizzocca	125g	175g
	Crema di verdure con pasta	102g	125g	Ricotto alla parmigiana	70g	98g	Zuppa di funghi con pasta	82g	90g	90g	Monzino	40g	50g	Baconcini di finocchio	69g	50g	Crescenza	60g	70g	Spezzatino di manzo	69g	81g	Macedonia di pesce	96g	130g	Asiago	40g	50g
	Polpettone di vitello	115g	134g	Baconcini di polli	69g	90g	Frittata saponata	63g	76g	76g	Insalata di finocchi	54g	81g	Saponata all'aglio	84g	105g	Insalata di pomodoro	104g	135g	Bietola all'aglio	85g	106g	Insalata verde	51g	63g	Carote julienne	85g	106g
	Fagiolini all'olio	104g	135g	Saponata all'aglio	84g	105g	Insalata arachidonica	54g	81g	81g	Saponata all'aglio	84g	105g	Saponata all'aglio	84g	105g	Insalata di pomodoro	104g	135g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g
GIOVEDÌ	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g
	Dessert	110g	110g	Frutta di stagione	150g	150g	Macedonia di frutta	150g	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g	Gelato	49g	49g	Frutta di stagione	150g	150g	Macedonia di frutta	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g
	Grassetto di patata al petto	201g	230g	Macedonia di ceti con pasta	82g	90g	Ricottini con burro e salsa	104g	126g	126g	Pasta al pesto	77g	102g	Insalata di pasta in salsa auvora	250g	270g	Pasta alla parmigiana	85g	106g	Crouton di finocchio e zaffirano	89g	125g	Crema di ceti con pasta	82g	90g	Pasta alla parmigiana	85g	106g
	Macedonia	30g	35g	Tortone di pasta con mozzarella	168g	207g	Crescenza	60g	70g	70g	Uovo stropicciato	59g	70g	Asiago	40g	50g	Fuori di pasta arrosto	80g	80g	Insalata di pomodoro	104g	135g	Fagiolini all'olio	104g	135g	Pasta con carote e tonno	84g	105g
VENERDÌ	Insalata arachidonica	54g	81g	Insalata di finocchi	54g	81g	Carote julienne	85g	106g	106g	Carote julienne	85g	106g	Insalata verde	51g	63g	Frutta all'olio	89g	116g	Insalata di pomodoro	104g	135g	Fagiolini all'olio	104g	135g	Pasta con carote e tonno	84g	105g
	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g
	Frutta di stagione	150g	150g	Macedonia di finocchio	124g	156g	Frutta di stagione	150g	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g	Gelato	49g	49g	Frutta di stagione	150g	150g
	Pasta al ragù di manzo	135g	189g	Pasta al pomodoro e basilico	129g	180g	Pasta al ragù di pesce	135g	189g	189g	Pasta alla arachidonica	139g	155g	Zuppa di funghi con pasta	82g	90g	Crema di verdure con finocchio e riso	122g	127g	Pasta al tonno	135g	189g	Pasta al ragù vegetale	100g	140g	Insalata di finocchio	107g	150g
VENEDÌ	Macedonia di pesce	96g	130g	Frittata con zucchine	73g	88g	Mentolato pretrattato	79g	108g	108g	Baconcini di lardone al pomodoro	89g	85g	Hamburger di vitello	69g	84g	Frittata al prosciutto	59g	70g	Filet di pesce crudo	81g	130g	Uovo stropicciato al pomodoro	69g	75g	Bruschetta	40g	50g
	Saponata all'aglio	84g	105g	Carote all'olio	84g	105g	Insalata mista	64g	55g	55g	Fagiolini all'olio	104g	135g	Bietolina al pomodoro	134g	155g	Carote all'olio	84g	105g	Zucchine trifolate	104g	135g	Misto incisione di verdure	84g	105g	Insalata arachidonica	54g	81g
	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g
	Frutta di stagione	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g	150g	Macedonia di finocchio	124g	156g	Frutta di stagione	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g	Macedonia di finocchio	124g	156g

Calcolo Bromatologico Menu' Primaveraile

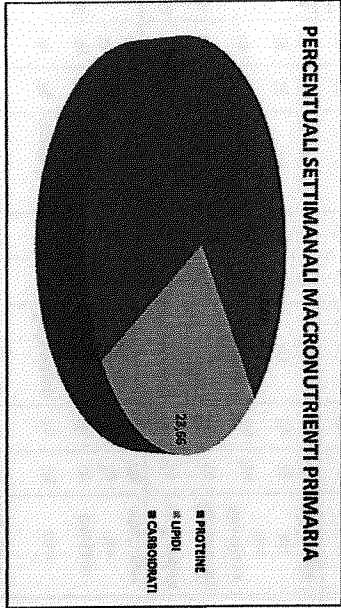
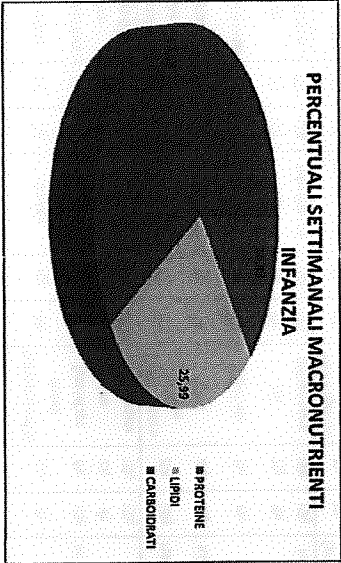


COORDINATA NUTRIZIONE E BROZZAZIONE

PERCENTUALI SETTIMANALI MACRONUTRIENTI

NUTRIENTE	PERCENTUALE	
	INFANZIA	PRIMAARIA
PROTEINE	15,93	16,01
LIPIDI	25,99	23,66
CARBOIDRATI	57,18	60,33
TOTALE	100,00	100,00

Nutrienti	U.M.	Media settimanale	
		INFANZIA	PRIMAARIA
		QTA	QTA
Proteine	g	22,54	29,61
Fosforo	mg	349,89	465,59
Zinco	mg	2,50	3,14
Tiamina	mg	0,25	0,34
Riboflavina	mg	0,38	0,50
Niacina	mg	5,87	7,42
Vitamina C	mg	40,60	56,42
Vitamina B6	mg	0,45	0,58
Acido Folico	ug	79,66	109,80
Vitamina E	ug	2,73	3,62
Vitamina D	ug	2,11	2,66
Lipidi	g	15,47	19,45
Alcool	g	0,10	0,12
Acqua	g	241,33	323,36
Acidi Grassi	g	0,00	0,00
Glucidi	g	76,59	111,60
Cholesterolio	mg	91,02	112,79
Fibra	g	6,13	8,56
Ferro	mg	3,94	5,25
Calcio	mg	166,38	223,64
Sodio	mg	424,85	651,07
Potassio	mg	927,37	1.225,72
Kcal:		535,77	739,90



CIR FOOD S.C.  
Ufficio Qualità e Sicurezza  
Area Centro - Sud  
La Dietista  
Dott.ssa Grazia Pacifico





CIR FOOD S.p.A. 2019/2020

Comune di Frascati  
Scuola Infanzia e Primaria

## menù estivo

1° SETTIMANA		2° SETTIMANA		3° SETTIMANA		4° SETTIMANA		5° SETTIMANA		6° SETTIMANA		7° SETTIMANA									
informe	potenziato	informe	potenziato	informe	potenziato	informe	potenziato	informe	potenziato	informe	potenziato	informe	potenziato								
LUNEDÌ	Pasta al pesto	73g	102g	Riso alla parmigiana	70g	98g	Pasta al tonno in bianco	65g	91g	Insalata di riso	107g	150g	Pasta al pomodoro e ricotta romana	139g	195g	Crema di verdure estive con riso	102g	125g	Pasta al pomodoro	129g	180g
	Bocconcini di tacchino arcobaleno	116g	153g	Hamburger di vitello	63g	84g	Frittata con zucchine	73g	88g	Prosciutto cotto	40g	50g	Bocconcini di pollo al limone	69g	81g	Bocconcini di parmigiano	40g	50g	Bresaola	40g	50g
	Carote julienne	85g	106g	Bietta all' agro	85g	106g	Insalata verde	53g	63g	Insalata di pomodori	104g	135g	Fagiolini all' olio	104g	135g	Carote all' olio	84g	105g	Carote julienne	85g	106g
	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g
	Frutta di stagione	150g	150g	Gelato	150g	150g	Macedonia di frutta	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g	Gelato	150g	150g	Macedonia di frutta	150g	150g	Macedonia di frutta	150g	150g
MARTEDÌ	Pasta alla parmigiana	85g	106g	Crema di pesti con pasta	82g	90g	Crema di verdure con pasta	102g	125g	Gnocchi di patate al pomodoro e basilico	265g	310g	Crema di fagioli con pasta	82g	87g	Insalata di pasta	107g	150g	Crema di fagioli con farro	82g	87g
	Siraccetti di bionno al pomodoro	133g	155g	Fuso di pollo al forno	80g	80g	Filati di meninzio panati	81g	130g	Polpette di vitello al legume	115g	134g	Frittata al formaggio	63g	75g	Arrosti di tacchino (affettato)	40g	50g	Asiago	40g	50g
	Bietta all' agro	85g	106g	Insalata mista estiva	64g	96g	Zucchine trifolate	104g	135g	Carote all' olio	84g	105g	Insalata verde	53g	63g	Insalata di pomodori	104g	135g	Insalata di pomodori	104g	135g
	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g
	Gelato	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g	Macedonia di frutta	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g	Gelato	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g
MERCOLEDÌ	Insalata di riso	107g	150g	Pasta al pomodoro e basilico	129g	180g	Insalata di pasta	107g	150g	Pasta al pesto	73g	102g	Pasta alla parmigiana	85g	106g	Pasta al pomodoro e basilico	129g	180g	Riso alla parmigiana	70g	98g
	Mozzarella	50g	60g	Frittata saporita	63g	76g	Caciottina	40g	50g	Frittatina	53g	63g	Arrosti di salmone	69g	81g	Frittata con patate	73g	88g	Arrosti di bionno	69g	81g
	Insalata di pomodori e cetrioli	125g	161g	Patate al rosmarino	84g	105g	Insalata di pomodori	104g	135g	Fagiolini all' olio	104g	135g	Patate al forno	84g	105g	Bietta all' olio	84g	105g	Carote all' olio	84g	105g
	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g
	Frutta di stagione	150g	150g	Macedonia di frutta	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g
GIOVEDÌ	Pasta ai raggi di mare	135g	189g	Insalata di farro	107g	150g	Ravioli al pomodoro	169g	200g	Crema di verdure estive con orzo	102g	125g	Risotto al pomodoro	129g	181g	Lasagna al forno	194g	272g	Gnocchi di patate al pomodoro	265g	310g
	Medaglioni di pesce	96g	130g	Crescenza	60g	70g	Bocconcini di pollo croccanti	69g	90g	Tonino di ricotta e spinaci	132g	177g	Gnocchetti di melinzio al forno	96g	131g	Spezzatino di bionno al limone	69g	81g	Uova strapazzate	58g	70g
	Spinaci al limone	85g	106g	Insalata antielettroliti	54g	81g	Carote julienne	85g	106g	Biete all' agro	85g	106g	Biete all' agro	85g	106g	Patate al rosmarino	84g	105g	Zucchine gratinate	115g	140
	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g
	Macedonia di frutta	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g	Gelato	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g	Macedonia di frutta	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g	Frutta di stagione	150g	150g
VENERDÌ	Pasta con crema di zucchine	89g	125g	Risotto al pomodoro	129g	181g	Crema di frittelle con pasta	82g	87g	Risotto allo zafferano	69g	97g	Insalata di pasta con tonno e pomodori	80g	111g	Pasta all' ortolina	100g	140g	Pasta alla marinara	125g	175g
	Uova strapazzate	58g	70g	Polpette di tonno al limone	80g	106g	Spezzatino di bionno al legume	69g	81g	Nastello al limone	76g	108g	Macrasso	40g	50g	Medaglioni di pesce	96g	131g	Melinzio prezzemolati	76g	108g
	Melanzane al pomodoro	145g	181g	Fagiolini all' olio	104g	135g	Patate al forno	84g	105g	Frittelli al legume	89g	118g	Insalata mista	64g	96g	Fagiolini all' olio	104g	135g	Fagiolini all' olio	104g	135g
	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g	Pane	25g	50g
	Frutta di stagione	110g	110g	Frutta di stagione	110g	110g	Frutta di stagione	110g	110g	Gelato	110g	110g	Frutta di stagione	110g	110g	Frutta di stagione	110g	110g	Gelato	110g	110g



CORRISPONDENZA QUALITÀ DI RISERVA

# Calcolo Bromatologico Menù Estivo

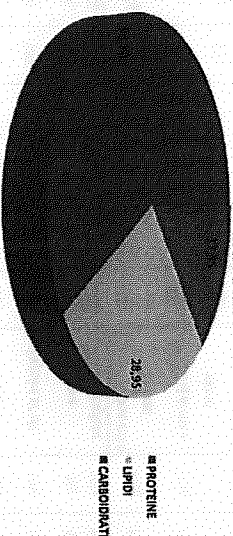
PERCENTUALI SETTIMANALI MACRONUTRIENTI

NUTRIENTE	PERCENTUALE INFANZIA	PERCENTUALE PRIMARIA
PROTEINE	17,35	16,56
LIPIDI	28,95	26,54
CARBOIDRATI	53,70	57,09
TOTALE	100,00	100,00

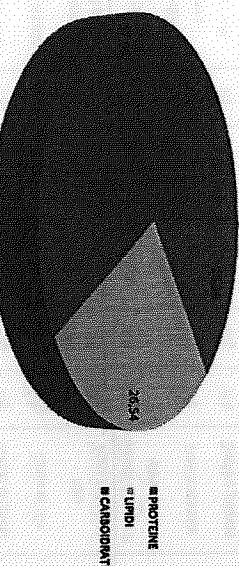
Media settimanale

Nutrient	U.M.	INFANZIA	PRIMARIA
		QTA	QTA
Proteine	g	23,48	30,85
Fosforo	mg	394,82	528,72
Zinco	mg	2,05	2,61
Tiamina	mg	0,22	0,32
Riboflavina	mg	0,30	0,40
Niacina	mg	6,10	7,55
Vitamina C	mg	33,87	48,57
Vitamina B6	mg	0,50	0,65
Acido Folico	ug	65,04	93,35
Vitamina E	mg	2,82	3,78
Vitamina D	ug	2,21	2,78
Lipidi	g	17,43	22,25
Alcool	g	0,00	0,00
Acqua	g	236,16	322,48
Acidi Grassi	g	0,00	0,00
Glucidi	g	72,71	107,66
Costruttore	mg	96,32	118,32
Ruba	g	5,66	8,51
Ferro	mg	3,49	4,66
Calcio	mg	211,38	290,35
Sodio	mg	393,71	597,08
Potassio	mg	856,08	1.149,66
Kcal:		541,65	754,26

PERCENTUALI SETTIMANALI MACRONUTRIENTI  
INFANZIA



PERCENTUALI SETTIMANALI MACRONUTRIENTI PRIMARIA



**CIR FOOD S.C.**  
Ufficio Qualità e Sicurezza  
Area Centro - Sud  
La Dietista  
Dott.ssa Grazia Pacifico