

AZIENDA SANITARIA LOCALE BN

pag 1

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE

Servizio Igiene alimenti e nutrizione - Direttore dott.ssa Anna Romano

compilatore: dott.ssa E.Palombi

Medico Specialista in Scienza dell'alimentazione

Tabella Pasti Mensile per alunni di Scuola Elementare A.S. 2015/2016

Menù Estivo (dal 1 aprile)

DURAZZANO

1^ settimana

lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
pasta gr 50		gnocchetti sardi gr 80		
zucchine gr 100	pasta gr 40	al sugo	pasta gr 40	pasta gr 40
spezzatino vitello gr 100	patate gr 100	frittata-1 uovo	fagioli gr 50	piselli gr 90
con carote gr 80	pollo (coscia) gr 100	fagiolini al limone gr 100	formaggio gr 70	bastoncini pesce 4
pane gr 70	pomodori o spinaci 100	pane gr 70	peperoni gr 80	fagiolini al pomod gr 80
frutta fresca gr 100	pane gr 70	frutta fresca gr 100	pane gr 70	pane gr 70
di stagione	frutta fresca gr 100	olio 2 cucchiaini	frutta fresca gr 100	frutta fresca gr 100
olio 2 cucchiaini	olio 2 cucchiaini		olio 2 cucchiaini	olio 2 cucchiaini

2^ settimana

	pasta gr 40	pasta gr 40		riso gr 80 e bietola gr 30
pasta al sugo gr 80	zucchine gr 100	lenticchie gr 60	pasta al sugo gr 80	al pomodoro
pollo (petto) gr 100	formaggio gr 60	platessa al forno gr 100	scalopp.vitello g100	fiordilatte gr 100
spinaci gr 100	carote lesse gr 80	pomodori spinaci gr 100	fagiolini lessi gr 100	patate lesse gr 90
pane gr 70	pane gr 70	pane gr 70	pane gr 70	pane gr 70
frutta fresca gr 100	frutta fresca gr 100	frutta fresca gr 100	frutta fresca gr 100	frutta fresca gr 100
olio 3 cucchiaini	olio 2 cucchiaini	olio 2 cucchiaini	olio 3 cucchiaini	olio 2 cucchiaini

3^ settimana

	pasta gr 70		riso gr 50	pasta gr 50
pasta gr 40	e melanzane gr 80	pasta al sugo gr 80	patate gr 80	zucca gr 60
piselli gr 90	prosciutto cotto gr 70	cotoletta di vitello gr 100	formaggio gr 70	frittata 1 uovo
bastoncini 4	pomodori ozucchine gr 90	peperoni gr 100	spinaci gr 80	purea patate gr 100
fagiolini lessi gr 100	pane gr 70	pane gr 70	pane gr 70	pane gr 70
pane gr 70	frutta fresca gr 100	frutta fresca gr 100	frutta fresca gr 100	frutta fresca gr 100
frutta fresca gr 100	olio 2 cucchiaini	olio 2 cucchiaini	olio 2 cucchiaini	olio 2 cucchiaini
olio 2 cucchiaini				

4^ settimana

			pasta gr 70	
pasta gr 50	pasta al sugo gr 80	pasta gr 40	e zucca gr 50	pasta al sugo gr 80
zucchine gr 100	pollo (coscia) gr 100	e melanzane gr 80	fiordilatte gr 100	frittata-1 uovo con
prosc.cotto gr 60	al forno con	maiale(fettina) gr 100	piselli gr 80	peperoni gr 90
pomodori o spinaci 80	patate al forno gr 150	fagiolini al pomodoro 80	pane gr 70	pane gr 70
pane gr 70	pane gr 70	pane gr 70	frutta fresca gr 100	frutta fresca gr 100
frutta fresca gr 100	frutta fresca gr 100	frutta fresca gr 100	olio 2 cucchiaini	olio 2 cucchiaini
olio 2 cucchiaini	olio 2 cucchiaini	olio 2 cucchiaini		

Valgono le alternative indicate per le scuole materne (ricotta, pizza ecc)

Lunedì della Prima settimana il primo piatto può essere sostituito da gr 150 di pizza margherita

In ricezione del Comune
di Conferma AS 2016/17



AZIENDA SANITARIA LOCALE BN

pag 2

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE

Servizio Igiene alimenti e nutrizione - : Direttore dott.ssa Anna Romano

compilatore: dott.ssa E. Palombi

Medico Specialista in Scienza dell'alimentazione

Tabella Pasti Mensile per alunni di Scuola Elementare A.S. 2015/2016

Menù Estivo (dal 1 aprile)

5^a settimana

lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
pasta gr 40		gnocchetti sardi gr 80		
patate gr 120	pasta gr 50	al sugo	pasta gr 40	riso gr 40
fiordilatte gr 100	zucchine gr 100	maiale (fettina) gr 100	ceci gr 50	piselli gr 90
fagiolini al pom.gr 100	scalopp.vitello g100con	fagiolini al limone gr 100	formaggio gr 70	platessa al forno gr 100
pane gr 70	piselli gr 80	pane gr 70	peperoni gr 80	patate al forno gr 100
frutta fresca gr 100	pane gr 70	frutta fresca gr 100	pane gr 70	pane gr 70
di stagione	frutta fresca gr 100	olio 2 cucchiari	frutta fresca gr 100	frutta fresca gr 100
olio 2 cucchiari	olio 2 cucchiari		olio 2 cucchiari	olio 2 cucchiari

6^a settimana

pasta gr 40		pasta gr 40		risotto gr 50
lenticchie gr 60	riso al sugo gr 80	fagioli gr 40	pasta al sugo gr 80	e zucchine gr 100
fiordilatte gr 100	prosciutto cotto gr 70	frittata-1 uovo	maiale(fettina)g 100	bastoncini di pesce 4
pomdori ospinaci 100	patate lesse gr 100	fagiolini al pomod.gr 100	carote lesse gr 100	purea patate gr 100
pane gr 70	pane gr 70	pane gr 70	pane gr 70	pane gr 70
frutta fresca gr 100	frutta fresca gr 100	frutta fresca gr 100	frutta fresca gr 100	frutta fresca gr 100
olio 3 cucchiari	olio 2 cucchiari	olio 2 cucchiari	olio 3 cucchiari	olio 2 cucchiari

7^a settimana

pasta gr 50	risogr 90 e bietola g30		pasta gr 50	pasta gr 40
piselli gr 90	al pomodoro	pasta al sugo gr 90	e melanzane gr 100	e ceci gr 50
maiale (fettina) gr100	petto polloin umido100	formaggio gr 70	bastoncini pesce 4	uovo 1 frittata con
carote lesse gr 100	fagiolini lessi gr 100	pomdori o spinaci gr 100	patate al fornogr100	peperoni gr 80
pane gr 70	pane gr 70	pane gr 70	pane gr 70	pane gr 70
frutta fresca gr 100	frutta fresca gr 100	frutta fresca gr 100	frutta fresca gr 100	frutta fresca gr 100
olio 2 cucchiari	olio 2 cucchiari	olio 2 cucchiari	olio 2 cucchiari	olio 2 cucchiari

8^a settimana

	pasta gr 50			
	melanzane gr 60	pasta gr 50	pasta al sugo gr 80	pasta gr 40
riso al sugo gr 80	pollo (coscia) gr 100	piselli gr 90	cotoletta vitellog100	e ceci gr 50
formaggio gr 60	al forno con	maiale (fettina) gr 100	zucchine gr 100	platessa forno gr 100
piselli gr 90	patate al forno gr 100	purea di patate gr 100	pane gr 70	spinaci gr 80
pane gr 70	pane gr 70	pane gr 70	frutta fresca gr 100	pane gr 70
frutta fresca gr 100	frutta fresca gr 100	frutta fresca gr 100	olio 2 cucchiari	frutta fresca gr 100
olio 2 cucchiari	olio 2 cucchiari	olio 2 cucchiari		olio 2 cucchiari

Valgono le alternative indicate per le scuole materne (ricotta, pizza ecc)

MERCOLEDI' della SESTA settimana il primo piatto puo'essere sostituito da gr 150 di pizza margherita

LEGGERE NOTE ESPLICATIVE

In attesa del
Comune si conferma AS 20 16/17

08 SET. 2016



Tabella pasti mensile per Alunni di Scuola Elementare

SCOMPOSIZIONE IN NUTRIENTI

ESTIVO

1 settimana

A.S. 2015-2016

durazzano

lunedì	Proteine	Glicidi	Lipidi	Kcal
pasta gr 50	5,45	42,00	0,10	178,00
vitello gr 100	20,70	0,00	2,70	107,00
verdura gr 180	2,80	3,20	0,60	19,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00
TOTALE	35,45	96,52	25,03	734,00
martedì				
pasta gr 60	6,20	48,24	0,24	216,60
patate gr 100	2,10	17,90	1,00	85,00
pollo (coscia) gr 100	18,50	0,00	3,70	107,00
spinaci gr 100	0,13	4,00	0,10	33,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00
TOTALE	33,43	121,46	26,67	871,60
mercoledì				
pasta gr 80	8,72	63,20	1,12	282,40
uovo1	12,49	0,00	8,70	128,00
fagiolini gr 100	0,12	3,00	0,10	17,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00
TOTALE	27,83	117,52	31,55	857,40
giovedì				
pasta gr 40	4,32	28,68	0,24	141,20
fagioli gr 50	9,00	19,00	1,00	100,00
formaggio gr 70	20,50	0,21	14,00	230,00
peperoni gr 80	1,80	2,20	0,40	16,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00
TOTALE	42,12	101,41	37,27	917,20
venerdì				
pasta gr 40	4,32	28,68	0,24	141,20
piselli gr 90	1,00	16,00	0,90	67,00
bastoncini 4	11,00	15,00	10,00	191,00
fagiolini gr 80	0,10	2,50	0,70	15,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00
TOTALE	22,92	113,50	33,47	844,20

In redazione 08 SET. 2016
 del CO.RVRE a conferma
 AS 2016/17



estivo

2 settimana

Elementare

lunedì

	Proteine	Glicidi	Lipidi	Kcal
pasta gr 80	8,72	63,20	1,12	282,40
pollo gr 100	30,20	0,00	0,30	100,00
spinaci gr 100	0,13	4,00	0,10	33,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00
TOTALE	45,55	118,52	23,15	845,40

martedì

pasta gr 40	4,32	28,68	0,24	141,20
formaggio gr 70	19,00	0,18	10,00	200,00
verdura gr 180	2,80	3,20	0,60	19,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 3 cucchiari	0,00	0,00	30,00	225,00
TOTALE	32,62	83,38	42,47	865,20

mercoledì

pasta gr 40	4,32	28,68	0,24	141,20
lenticchie gr 50	9,00	19,00	1,00	100,00
platessa gr 100	19,90	1,00	1,30	85,00
spinaci gr 100	0,13	4,00	0,10	33,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00
TOTALE	35,53	75,32	24,03	648,00

giovedì

pasta gr 80	8,72	63,20	1,12	282,40
vitello gr 100	20,70	0,00	2,70	107,00
fagiolini gr 100	0,12	3,00	0,10	17,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 3 cucchiari	0,00	0,00	30,00	225,00
TOTALE	36,04	117,52	35,55	911,40

venerdì

riso gr 80	8,72	63,20	1,12	282,40
fiordilatte gr 100	19,90	4,90	16,10	243,00
patate gr 90	2,00	16,00	0,90	77,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00
TOTALE	37,12	135,42	39,75	1032,40



3 settimana

Elementare

lunedì

	Proteine	Glicidi	Lipidi	Kcal
pasta gr 40	4,32	28,68	0,24	141,20
piselli gr 90	1,00	16,00	0,90	67,00
bastoncini 4	11,00	15,00	10,00	191,00
fagiolini gr 100	0,12	3,00	0,10	17,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00
TOTALE	22,94	114,00	32,87	846,20

martedì

pasta gr 70	6,46	53,00	0,30	247,10
prosciutto cotto gr 70	28,00	0,31	9,80	150,50
verdura gr 150	2,00	3,00	0,50	17,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00
TOTALE	42,96	107,63	32,23	844,60

mercoledì

pasta gr 80	8,72	63,20	1,12	282,40
vitello gr 100	20,70	0,00	2,70	107,00
peperoni gr 100	0,12	3,00	0,10	17,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00
TOTALE	36,04	117,52	25,55	836,40

giovedì

riso gr 50	5,45	42,00	0,10	178,00
patate gr 100	2,10	17,90	1,00	85,00
formaggio gr70	18,00	0,00	15,00	340,00
spinaci gr 80	0,10	3,00	0,10	26,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00
TOTALE	26,70	72,22	37,73	881,00

venerdì

pasta gr 80	8,72	63,20	1,12	282,40
uovo1	12,49	0,00	8,70	128,00
patate gr 100	2,10	17,90	1,00	85,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00
TOTALE	29,81	132,42	32,45	925,40

08 SET. 2016



AS 16-17

estivo

4 settimana

Elementare

lunedì

	Proteine	Glicidi	Lipidi	Kcal
pasta 50	5,45	42,00	0,10	178,00
verdura gr 180	2,80	3,20	0,60	19,00
prosciutto cotto gr 60	20,00	0,25	9,00	130,00
verdura gr 80	1,80	2,20	0,40	16,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00
TOTALE	36,55	98,97	31,73	773,00

martedì

pasta gr 80	8,72	63,20	1,12	282,40
pollo (coscia) gr 100	29,90	0,00	6,20	175,00
patate gr 150	3,15	26,85	1,50	127,50
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00
TOTALE	48,27	141,37	30,45	1014,90

mercoledì

pasta gr 40	4,32	28,68	0,24	141,20
maiale gr 100	20,70	0,00	1,00	130,00
verdura gr 200	3,60	4,40	0,80	32,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00
TOTALE	35,12	84,40	23,67	733,20

giovedì

pasta gr 70	6,46	53,00	0,30	247,10
melanzane gr 80	0,10	3,00	0,10	26,00
fiordilatte gr 100	19,90	4,90	16,10	243,00
piselli gr 80	4,52	10,24	0,24	56,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00
TOTALE	37,48	122,46	38,37	1002,10

venerdì

pasta gr 80	8,72	63,20	1,12	282,40
uovo1	12,49	0,00	8,70	128,00
verdura gr 90	1,40	2,00	0,30	14,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 3 cucchiari	0,00	0,00	30,00	225,00
TOTALE	29,11	116,52	41,75	929,40

08 SET, 2016



AS 16-17

Tabella pasti mensile per Alunni di Scuola Elementare

2015-2016

5 settimana
durazzano

estivo

lunedì	Proteine	Glicidi	Lipidi	Kcal
pasta gr 60	5,45	42,00	0,10	178,00
patate gr 120	2,90	19,00	1,20	102,00
fiordilatte gr 100	19,90	4,90	16,10	243,00
fagiolini gr 100	0,12	3,00	0,10	17,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00
TOTALE	29,42	78,22	39,03	792,00

martedì

pasta gr 80	8,72	63,20	1,12	282,40
vitello gr 100	20,70	0,00	1,00	120,00
piselli gr 80	4,52	10,24	0,24	56,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00
TOTALE	40,44	124,76	23,99	888,40

mercoledì

pasta gr 80	8,72	63,20	1,12	282,40
maiale gr 100	20,70	0,00	1,00	130,00
fagiolini gr 100	0,12	3,00	0,10	17,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00
TOTALE	36,04	117,52	23,85	859,40

giovedì

pasta gr 40	4,32	28,68	0,24	141,20
ceci gr 50	9,00	18,00	0,90	105,00
formaggio gr 70	20,50	0,21	14,00	230,00
verdura gr 80	1,80	2,20	0,40	16,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00
TOTALE	42,12	100,41	37,17	922,20

venerdì

riso gr 40	4,32	28,68	0,24	141,20
piselli gr 90	1,00	16,00	0,90	67,00
platessa gr 100	19,90	1,00	1,30	85,00
patate gr 100	2,10	17,90	1,00	85,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00
TOTALE	33,82	114,90	25,07	808,20

08 SET, 2018



AS 16-18

estivo

6 ^settimana

Elementare

lunedì

	Proteine	Glicidi	Lipidi	Kcal
pasta gr 40	4,32	28,68	0,24	141,20
lenticchie gr 60	9,44	20,68	1,00	134,40
fiordilatte gr 100	19,90	4,90	16,10	243,00
pomodori gr 100	0,12	3,00	0,10	17,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00
TOTALE	40,28	108,58	39,07	965,60

martedì

riso gr 80	8,72	63,20	1,12	282,40
prosciutto cotto gr 70	28,00	0,31	9,80	150,50
patate gr 100	2,10	17,90	1,00	85,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 3 cucchiari	0,00	0,00	30,00	225,00
TOTALE	45,32	132,73	43,55	1022,90

mercoledì

pasta gr 80	8,72	63,20	1,12	282,40
uovo1	12,49	0,00	8,70	128,00
fagiolini gr 100	0,12	3,00	0,10	17,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00
TOTALE	19,11	54,32	30,43	575,00

giovedì

pasta gr 80	8,72	63,20	1,12	282,40
maiale gr 100	20,70	0,00	1,00	130,00
carote gr 100	1,80	2,20	0,40	16,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 3 cucchiari	0,00	0,00	30,00	225,00
TOTALE	37,72	116,72	34,15	933,40

venerdì

riso 50	5,45	42,00	0,10	178,00
zucchine gr 100	0,12	3,00	0,10	17,00
bastoncini 4	11,00	15,00	10,00	191,00
patate gr 100	2,10	17,90	1,00	85,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00
TOTALE	25,17	129,22	32,83	901,00

08 SET. 2016.



AS 16-17

estivo

7^settimana

Elementare

lunedì

	Proteine	Glicidi	Lipidi	Kcal
riso 50	5,45	42,00	0,10	178,00
piselli gr 90	1,00	16,00	0,90	67,00
maiale gr 100	20,70	0,00	1,00	130,00
carote gr 100	0,12	3,00	0,10	17,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00
TOTALE	33,77	112,32	23,73	822,00

mercoledì

riso gr 90	12,51	75,60	0,30	320,40
pollo gr 100	30,20	0,00	0,30	100,00
fagiolini gr 100	0,12	3,00	0,10	17,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00
TOTALE	49,33	129,92	22,33	867,40

martedì

pasta gr 90	12,51	75,60	0,30	320,40
formaggio gr 70	20,50	0,21	14,00	230,00
pomodori gr 100	0,12	3,00	0,10	17,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00
TOTALE	39,63	130,13	36,03	997,40

giovedì

pasta 50	5,45	42,00	0,10	178,00
melanzane gr 100	0,12	3,00	0,10	17,00
bastoncini 4	11,00	15,00	10,00	191,00
patate gr 100	2,10	17,90	1,00	85,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00
TOTALE	19,72	87,22	32,73	723,00

venerdì

pasta gr 40	4,32	28,68	0,24	141,20
ceci gr 50	7,06	15,20	0,70	231,00
uovo1	12,49	0,00	8,70	128,00
verdura gr 80	1,80	2,20	0,40	16,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiari	0,00	0,00	20,00	150,00
TOTALE	27,85	68,72	31,43	805,00



estivo

8^a settimana

Elementare

lunedì

	Proteine	Glicidi	Lipidi	Kcal
--	----------	---------	--------	------

pasta gr 80	8,72	63,20	1,12	282,40
formaggio gr 60	18,00	0,15	10,00	190,00
piselli gr 90	1,00	16,00	0,90	67,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00

TOTALE	34,22	130,67	33,65	969,40
---------------	--------------	---------------	--------------	---------------

martedì

riso gr 80	8,72	63,20	1,12	282,40
pollo (coscia) gr 100	29,90	0,00	6,20	175,00
patate gr 100	3,15	26,85	1,50	85,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00

TOTALE	48,27	141,37	30,45	972,40
---------------	--------------	---------------	--------------	---------------

mercoledì

pasta 50	5,45	42,00	0,10	178,00
piselli gr 90	1,00	16,00	0,90	67,00
maiale gr 100	20,70	0,00	1,00	130,00
patate gr 100	2,10	17,90	1,00	85,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00

TOTALE	35,75	127,22	24,63	890,00
---------------	--------------	---------------	--------------	---------------

giovedì

pasta gr 80	8,72	63,20	1,12	282,40
vitello gr 100	20,70	0,00	1,00	120,00
verdura gr 100	1,80	2,20	0,40	16,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 2 cucchiaini	0,00	0,00	20,00	150,00

TOTALE	37,72	116,72	24,15	848,40
---------------	--------------	---------------	--------------	---------------

venerdì

pasta gr 40	4,32	28,68	0,24	141,20
ceci gr 50	9,44	20,68	1,00	153,00
platessa gr 100	19,90	1,00	1,30	85,00
spinaci gr 80	1,40	2,00	0,30	14,00
pane gr 70	6,30	40,32	1,33	220,00
frutta fresca gr 100	0,20	11,00	0,30	60,00
olio 3 cucchiaini	0,00	0,00	30,00	225,00

TOTALE	37,24	75,00	34,23	757,00
---------------	--------------	--------------	--------------	---------------

08 SET. 2016



AS 16-17