MENU PRIMAVERA / ESTATE 2021-2022

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Kcal settimanali
I settimana	Pasta al pomodoro	Pasta al pesto	Riso con zucchine	Pasta con verdura	Pasta all'olio	Kcal :339
	Grana padano	Prosciutto cotto	Crocchette di merluzzo	Polpette di pollo al forno	Hamburger di manzo	Protidi:17,9
	Insalata mista con carote	insalata di pomodori	insalata mista	Insalata di verdure	Spinaci	Glicidi :59,4
	Mela	Pera	Mela	Pera	Mela	Lipidi :24,24
II settimana	Pasta all'uovo	Pasta al pomodoro	Insalata di riso	Riso con la zucca	Pizza margherita	Kcal :453,7
	Merluzzo	Petto di pollo		Rolle di frittata		Protidi:14,8
	Zucchine	Insalata di lattuga	Insalata di pomodoro	Spinaci	Insalata di finocchi	Glicidi :57,8
	Pera	Mela	Mela	Pera	Mela	Lipidi :23,9
III settimana	Insalata di riso	Pasta con piselli	Riso con lenticchie	Pasta al pomodoro	Risotto alle verdure	Kcal :422,6
		Ricottina	Hamburger di manzo	Merluzzo al limone	Prosciutto cotto	Protidi:16,2
	Insalata di pomodori	Fagiolini	Carote grattuggiate	Insalata mista	Insalata di pomodori	Glicidi :47,7
	Mela	Pera	Mela	Pera	Mela	Lipidi :24,7
IV settimana	Riso con zucchine	Pasta al pomodoro	Pasta con piselli	Vellutata di legumi con crostini	Pizza margherita	Kcal :540,4
	Frittata	Ricottina	Affettato di tacchino	Polpette di carne al forno		Protidi:16,6
	Insalata mista	Fagiolini	Insalata di pomodori	Spinaci	Insalata mista	Glicidi :54,8
	mela	pera	mela	pera	mela	Lipidi :25,0
merenda * pomeridiana	Pane e marmellata	yogurt	banana	banana	succo di frutta e crackers	

ciascun pasto prevede un contorno di verdure / ortaggi ,frutta di stagione ,condimento con olio extravergine di oliva

Ai soggetti con allergie / intolleranze ,avranno l'obbligo di comunicarlo in forma privata alla Professionista ,a tutela della legge sulla privacy in vigore . verrà compilata una dieta Speciale

*Per la scuola dell'infanzia viene somministrata anche la merenda (d'inizio e fine giornata) che consiste in un dei seguenti prodotti:
pane e marmellata - frutta fresca di stagione – succo di frutta e crackers

A.S.L. SALERNO U.O.S.D. Ristorazione Collettiva Area Jonica