

**COMUNE DI FIRENZE-DIREZIONE ISTRUZIONE
SERVIZIO SUPPORTO ALLE ATTIVITA' EDUCATIVE E SCOLASTICHE
- P.O. MENSE E REFEZIONE SCOLASTICA-TRASPORTI**

MENU' dal 15 settembre al 15 ottobre - dal 20 aprile al 30 giugno

LEGENDA	
INFANZIA	FASCIA 3/6/ANNI
PRIMARIA 1	FASCIA 7/9 ANNI
PRIMARIA 2	FASCIA 10/11 ANNI
SECONDARIA	FASCIA 12/13 ANNI
ADULTI	FASCIA >17 ANNI

PRIMA SETTIMANA

LUNEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
PENNE AL RAGU' VEGETALE	pasta di semola	50	70	80	100	100
	pomodori pelati	70	70	70	70	70
	carota/sedano/cipolla	50	50	70	70	70
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
PROSCIUTTO COTTO	prosciutto cotto	50	70	90	100	100
INSALATA MISTA	cetrioli	30	40	40	50	50
	pomodori insalatari	50	50	50	50	80
	insalata	20	20	20	20	30
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60
PERA	pera	150	150	150	150	150

MARTEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
LASAGNE AL POMODORO	pasta all'uovo	30	40	60	60	60
	pomodori pelati	70	70	70	70	70
	carota/sedano/cipolla	50	50	50	70	70
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	latte/burro/farina	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
CACIOTTA	caciotta	30	50	70	70	100
CAROTE JULIENNE E MAIS	carote julienne	50	50	80	80	80
	mais	5	10	10	10	10
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE INTEGRALE	pane	30	30	60	60	60
UVA/MELA	uva/mela	150	150	150	150	150

MERCOLEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
CREMA DI LEGUMI CON CROSTINI	crostini di pane	10	10	20	20	30
	legumi secchi misti	30	30	50	50	70
	odori/pomodori pelati	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
BOCCONCINI DI TACCHINO	fesa di tacchino	60	70	90	100	100
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	farina/pangrattato	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
SPINACI SALTATI	spinaci surg.	70	80	90	100	150
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60
SUSINE	susine	150	150	150	150	150

GIOVEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
RISO ALL'OLIO	riso parboiled	50	60	70	80	80
	olio evo	10	10	20	20	20
	parmigiano	5	5	5	5	5
CROCCHETTE DI PESCE	pesce surg.	70	80	100	120	120
	uovo pastorizzato	5	5	5	5	5
	patate lesse	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	pangrattato	qb	qb	qb	qb	qb
ZUCCHINE TRIFOLATE	zucchine	70	80	90	100	150
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE INTEGRALE	pane	30	30	60	60	60
CROSTATA	crostata	50	50	50	50	50

VENERDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
CONCHIGLIE ALLA PIZZAIOLA	pasta di semola	50	70	80	100	100
	pomodori pelati	70	70	70	70	70
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	origano	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
UOVO SODO	uovo sodo	1	1	1 + 1/2	1 + 1/2	2
BASTONCINI DI VERDURE	carote	40	40	40	70	70
	cetrioli	40	40	40	70	70
	olio evo	qb	qb	qb	qb	qb
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60
BANANA	banana	150	150	150	150	150

SECONDA SETTIMANA

LUNEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
FARFALLE AL POMODORO E RICOTTA	pasta di semola	50	70	80	100	100
	pomodori pelati	70	70	70	70	70
	ricotta	20	20	20	30	30
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
BASTONCINI DI MERLUZZO	bastoncini di merluzzo surg.	n. 3	n. 4	n. 5	n. 5	n. 6
	olio evo	qb	qb	qb	qb	qb
BIETE SALTATE	biete surg.	70	80	90	100	150
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60
SUSINE	susine	150	150	150	150	150

MARTEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
RISO CON ZUCCHINE	riso parboiled	50	60	70	80	80
	zucchine	50	50	70	70	70
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
BOCCONCINI DI POLLO SALSATI	petto di pollo	60	70	90	100	100
	odori/succo di limone	qb	qb	qb	qb	qb
	farina	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
CAROTE AL FORNO	carote	70	80	90	100	150
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	10	10
PANE INTEGRALE	pane	30	30	60	60	60
PERA	pera	150	150	150	150	150

MERCOLEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
RAVIOLI BURRO E SALVIA	ravioli ricotta e spinaci	70	90	130	150	150
	burro	5	5	10	10	10
	salvia	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
UOVA STRAPAZZATE	uova pastorizzate	70	80	100	120	120
	latte p.s./parmigiano	qb	qb	qb	qb	qb
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
BASTONCINI DI VERDURE	carote	40	40	40	70	70
	cetrioli	40	40	40	70	70
	olio evo	qb	qb	qb	qb	qb
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60
BANANA	banana	150	150	150	150	150

GIOVEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				Adulti
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	
CREMA DI POMODORI CON CROSTINI	crostini di pane	10	10	20	20	30
	brodo vegetale	qb	qb	qb	qb	qb
	pomodori pelati	70	70	70	70	70
	farina	qb	qb	qb	qb	qb
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
HAMBURGER DI VITELLONE	carne di vitellone	50	60	70	100	100
	patate/pangrattato	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
PATATE ARROSTO	patate	150	150	180	200	200
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE INTEGRALE	pane	30	30	60	60	60
UVA/ALBICOCCHE	uva/albicocche	150	150	150	150	150

VENERDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				Adulti
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	
FUSILLI AL PESTO	pasta di semola	50	70	80	100	100
	pesto conf.	30	30	30	30	30
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
CROCCHETTE DI LEGUMI	legumi secchi misti	15	15	20	20	25
	patate	40	40	50	50	60
	farina/pangrattato	qb	qb	qb	qb	qb
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
INSALATA VERDE	insalata verde	40	40	40	50	50
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60
CROSTATA	crostata	50	50	50	50	50

TERZA SETTIMANA**LUNEDI'**

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
MACCHERONI AL POMODORO	pasta di semola	50	70	80	100	100
	pomodori pelati	70	70	70	70	70
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
HALIBUT PANATO	halibut surg.	70	80	100	120	120
	farina/pangrattato	qb	qb	qb	qb	qb
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
FAGIOLINI AL VAPORE	fagiolini surg.	70	80	90	100	150
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60
PERA	pera	150	150	150	150	150

MARTEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
ORZO CON VERDURE	orzo perlato	50	60	70	80	80
	zucchine	30	30	50	50	50
	melanzane	30	30	40	50	50
	pomodori insalatari	30	30	40	40	40
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
POLLO ARROSTO	petto di pollo	60				100
	coscia di pollo		80	100	120	120
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
INSALATA MISTA	carote julienne	30	30	30	40	40
	insalata	30	30	40	40	40
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE INTEGRALE	pane	30	30	60	60	60
ALBICOCHE/MELA	albicocche/mela	150	150	150	150	150

MERCOLEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
LASAGNE AL RAGU' VEGETALE	pasta all'uovo	30	40	60	60	60
	pomodori pelati	70	70	70	70	70
	zucchine	30	30	30	30	30
	piselli surg.	30	30	30	30	30
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	latte/burro/farina	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
UOVO SODO	uovo sodo	1	1	1 + 1/2	1 + 1/2	2
POMODORI E BASILICO	pomodori insalatari	70	80	90	100	150
	basilico	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60
KIWI/ SUSINE	susine/kiwi	150	150	150	150	150

GIOVEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
FUSILLI CON LEGUMI	pasta di semola	50	70	80	100	100
	legumi secchi	15	20	30	30	30
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	pomodori pelati	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
SFORMATO DI RICOTTA	ricotta	20	30	40	60	60
	patate	30	30	50	60	60
	uova pastorizzate	30	30	40	50	50
	parmigiano	5	5	5	5	5
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	pangrattato	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
ZUCCHINE TRIFOLATE	zucchine	70	80	90	100	150
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE INTEGRALE	pane	30	30	60	60	60
CROSTATA	crostata	50	50	50	50	50

VENERDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
PIZZA ROSSA	base pizza precotta	150	150	200	250	250
	pomodori pelati	30	30	30	30	30
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
PROSCIUTTO COTTO	prosciutto cotto	50	70	90	100	100
BASTONCINI DI VERDURE	carote	40	40	40	70	70
	cetrioli	40	40	40	70	70
	olio evo	qb	qb	qb	qb	qb
PANE TOSCANO	pane	qb	qb	qb	qb	qb
BANANA	banana	150	150	150	150	150

QUARTA SETTIMANA

LUNEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
PENNE AL PESTO	pasta di semola	50	70	80	100	100
	pesto conf.	30	30	30	30	30
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
CACIOTTA	caciotta	30	50	70	70	70
POMODORI	pomodori	70	80	90	100	150
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60
BANANA	banana	150	150	150	150	150

MARTEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
PASTINA IN BRODO VEGETALE	pastina di semola	20	20	25	30	30
	zucchine	qb	qb	qb	qb	qb
	carote	qb	qb	qb	qb	qb
	porri/patate	qb	qb	qb	qb	qb
	pomodori pelati	qb	qb	qb	qb	qb
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
CROCCHETTE DI PESCE	pesce surg.	70	80	100	120	120
	uovo pastorizzato	5	5	5	5	5
	patate lesse	qb	qb	qb	qb	qb
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	pangrattato	qb	qb	qb	qb	qb
PATATE LESSE	patate	150	150	180	200	200
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE INTEGRALE	pane	30	30	60	60	60
MELA	mela	150	150	150	150	150

MERCOLEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
CREMA DI ZUCCA GIALLA E CECI CON CROSTINI	crostini di pane	10	10	20	20	30
	zucca gialla	50	50	60	60	80
	ceci	15	20	30	30	30
	patate	30	30	30	40	40
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	parmigiano	5	5	5	5	5
	olio evo	5	5	5	5	5
POLPETTE DI VITELLONE	carne di vitellone	50	60	70	100	100
	uovo pastorizzato	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
	patate/pane/pangrattato	qb	qb	qb	qb	qb
	latte p.s.	qb	qb	qb	qb	qb
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
ZUCCHINE TRIFOLATE	zucchine	70	80	90	100	150
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60
CROSTATA	crostata	50	50	50	50	50

GIOVEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
LASAGNE AL RAGU'	pasta all'uovo	30	40	60	60	60
	pomodori pelati	70	70	70	70	70
	carne di vitellone	15	15	15	20	20
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	latte/burro/farina	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
PROSCIUTTO COTTO	prosciutto cotto	50	70	90	100	100
BASTONCINI DI VERDURE	carote	40	40	40	70	70
	cetrioli	40	40	40	70	70
	olio evo	qb	qb	qb	qb	qb
PANE INTEGRALE	pane	30	30	60	60	60
SUSINE/PESCA	susine/pesche	150	150	150	150	150

VENERDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
PANZANELLA	pane toscano	40	50	80	100	100
	pomodori insalatari	40	40	60	80	80
	cetrioli	30	30	50	50	50
	basilico	qb	qb	qb	qb	qb
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
HAMBURGER DI TACCHINO	fesa di tacchino	60	70	90	100	100
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	patate/pane	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
INSALATA MISTA	insalata	30	30	40	40	40
	carote julienne	30	30	30	40	40
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60
KIWI/ALBIOCOCHE	kiwi/albicocche	150	150	150	150	150

**COMUNE DI FIRENZE-DIREZIONE ISTRUZIONE
SERVIZIO SUPPORTO ALLE ATTIVITA' EDUCATIVE E SCOLASTICHE
MENSE E REFEZIONE SCOLASTICA-TRASPORTI**

- P.O.

MENU' dal 18 ottobre al 23 dicembre

LEGENDA	
INFANZIA	FASCIA 3/6/ANNI
PRIMARIA 1	FASCIA 7/9ANNI
PRIMARIA 2	FASCIA 10/11 ANNI
SECONDARIA	FASCIA 12/13 ANNI
ADULTI	FASCIA >17 ANNI

PRIMA SETTIMANA

LUNEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
RISO AL POMODORO	riso parboiled	50	60	70	80	80
	pomodori pelati	70	70	70	70	70
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
NASELLO DORATO AL FORNO	nasello surg.	70	80	100	120	120
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	farina/pangrattato	qb	qb	qb	qb	qb
FAGIOLINI AL VAPORE	fagiolini surg.	70	80	90	100	150
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60
BANANA	banana	150	150	150	150	150

MARTEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
PIZZA ROSSA	base pizza precotta	150	150	200	250	250
	pomodori pelati	30	30	30	30	30
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
MOZZARELLA FIOR DI LATTE	mozzarella fior di latte	40	50	70	100	100
INSALATA MISTA	insalata	30	30	40	40	40
	carote julienne	30	30	30	40	40
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE TOSCANO	pane	qb	qb	qb	qb	qb
ARANCIA	arancia	150	150	150	150	150

MERCOLEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
CREMA DI VERDURA CON CROSTINI	crostini di pane	10	10	20	20	30
	cavolfiore	50	50	60	60	80
	patate	50	50	50	50	50
	porri	20	20	20	20	20
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
STRACCETTI DI POLLO SALSATI	petto di pollo	60	70	90	100	100
	farina	qb	qb	qb	qb	qb
	odori/ succo di limone	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
PATATE ARROSTO	patate	150	150	180	200	200
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE INTEGRALE	pane	30	30	60	60	60
MELA	mela	150	150	150	150	150

GIOVEDI'						
	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
LASAGNE AL RAGU'	pasta all'uovo	30	40	60	60	60
	carne di vitellone	15	15	15	20	20
	pomodori pelati	70	70	70	70	70
	latte/burro/farina	qb	qb	qb	qb	qb
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
UOVO SODO	parmigiano	5	5	5	5	5
	uovo sodo	1	1	1+1/2	1+1/2	2
BASTONCINI DI VERDURE	carote	40	40	40	70	70
	finocchi	40	40	40	70	70
	olio evo	qb	qb	qb	qb	qb
PANE INTEGRALE	pane	30	30	60	60	60
PERA	pera	150	150	150	150	150

VENERDI'						
	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
PENNE AL BURRO	pasta di semola	50	70	80	100	100
	burro	5	5	5	10	10
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
CROCCHETTE DI LEGUMI	legumi secchi misti	15	15	20	20	25
	patate	40	40	50	50	60
	farina/pangrattato	qb	qb	qb	qb	qb
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
BROCCOLI ALL'OLIO	cavolo broccolo	70	80	90	100	150
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60
CROSTATA	crostata	50	50	50	50	50

SECONDA SETTIMANA**LUNEDI'**

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
GNOCCHI AL POMODORO	gnocchi di patate	100	150	200	220	220
	pomodori pelati	70	70	70	70	70
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
UOVA STRAPAZZATE	uovo pastorizzato	70	80	100	120	120
	latte p.s./parmigiano	qb	qb	qb	qb	qb
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
CAROTE STUFATE	carote	70	80	90	100	150
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60
MELA	mela	150	150	150	150	150

MARTEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
CREMA DI PATATE E PORRI CON CROSTINI	crostini di pane	10	10	20	20	30
	patate	50	50	60	80	80
	porri	40	40	40	40	40
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
HAMBURGER DI VITELLONE	carne di vitellone	50	60	70	100	100
	patate/pane	qb	qb	qb	qb	qb
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
SPINACI SALTATI	spinaci surg.	70	80	90	100	150
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE INTEGRALE	pane	30	30	60	60	60
CROSTATA	crostata	50	50	50	50	50

MERCOLEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
FUSILLI AL PESTO DI BROCCOLI	pasta di semola	50	70	80	100	100
	broccoli di cavolo	60	60	80	100	100
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
BASTONCINI DI MERLUZZO	bastoncini di merluzzo surg.	n. 3	n. 4	n. 5	n. 5	n. 6
	olio evo	qb	qb	qb	qb	qb
PURE' DI PATATE	patate	50	50	120	120	120
	latte p.s.	5	5	5	5	5
	burro	5	5	5	5	5
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60
BANANA	banana	150	150	150	150	150

GIOVEDI'						
	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				Adulti
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	
CONCHIGLIE ALL'OLIO	pasta di semola	50	70	80	100	100
	olio evo	5	5	10	10	10
	parmigiano	5	5	5	5	5
BOCCONCINI DI TACCHINO	fesa di tacchino	60	70	90	100	100
	farina/pangrattato	qb	qb	qb	qb	qb
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
INSALATA VERDE	insalata	40	40	50	70	70
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE INTEGRALE	pane	30	30	60	60	60
UVA/MELA	uva/mela	150	150	150	150	150

VENERDI'						
	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				Adulti
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	
LASAGNE AI FORMAGGI	pasta all'uovo	30	40	60	60	60
	latte/burro/farina	qb	qb	qb	qb	qb
	ricotta	40	40	50	60	60
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	10	10	10	15	15
PROSCIUTTO COTTO	prosciutto cotto	50	70	90	100	100
FINOCCHI ALL'OLIO	finocchi	70	80	90	100	150
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60
ARANCIA	arancia	150	150	150	150	150

TERZA SETTIMANA**LUNEDI'**

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
TORTELLINI AL POMODORO	tortellini	70	80	90	120	120
	pomodori pelati	70	70	70	70	70
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
CACIOTTA	caciotta	30	50	70	70	70
SPINACI SALTATI	spinaci surg.	70	80	90	100	150
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60
UVA/MELA	uva/mela	150	150	150	150	150

MARTEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
RISO AI PORRI	riso parboiled	50	60	70	80	80
	porri	40	50	50	60	60
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
POLLO ARROSTO	petto di pollo	60				100
	cosce di pollo		80	100	160	160
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
INSALATA MISTA	carote julienne	30	30	30	40	40
	insalata	30	30	40	40	40
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE INTEGRALE	pane	30	30	60	60	60
ARANCIA	arancia	150	150	150	150	150

MERCOLEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
MACCHERONI AL RAGU' VEGETALE	pasta di semola	50	70	80	100	100
	pomodori pelati	70	70	70	70	70
	carota/sedano/cipolla	50	50	70	70	70
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
OMELETTE AL FORMAGGIO	uovo pastorizzato	70	80	100	120	120
	parmigiano	5	5	5	10	10
	latte p.s.	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
BASTONCINI DI FINOCCHI	finocchi	70	80	90	100	150
	olio evo	qb	qb	qb	qb	bq
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60
KIWI/MANDARINI	kiwi/mandarini	150	150	150	150	150

GIOVEDI'						
	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				Adulti
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	
CREMA DI LENTICCHIE CON CROSTINI	crostini di pane	10	10	20	20	30
	lenticchie secche	30	30	50	50	70
	odori/pomodori pelati	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
POLPETTE DI VITELLONE	carne di vitellone	50	60	70	100	100
	uovo pastorizzato	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
	patate/pane/pangrattato	qb	qb	qb	qb	qb
	latte p.s.	qb	qb	qb	qb	qb
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
CAVOLFIORE ALL'OLIO	cavolfiore	70	80	90	100	150
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE INTEGRALE	pane	30	30	60	60	60
CROSTATA	crostata	50	50	50	50	50

VENERDI'						
	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				Adulti
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	
FUSILLI AL PESTO	pasta di semola	50	70	80	100	100
	pesto conf.	30	30	30	40	40
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
HAMBURGER DI PESCE	pesce surg.	70	80	100	120	120
	patate/pane	qb	qb	qb	qb	qb
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
FAGIOLINI AL VAPORE	fagiolini surg.	70	80	90	100	150
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60
BANANA	banana	150	150	150	150	150

QUARTA SETTIMANA**LUNEDI'**

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi					Adulti
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria		
FARFALLE AGLI AROMI	pasta di semola	50	70	80	100	100	
	aromi	qb	qb	qb	qb	qb	
	olio evo	5	5	5	5	5	
	parmigiano	5	5	5	5	5	
ARISTA	arista	50	60	80	100	100	
	odori	qb	qb	qb	qb	qb	
	olio evo	5	5	5	5	5	
CAROTE JULIENNE	carote julienne	50	50	80	80	80	
	olio evo	5	5	5	5	5	
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60	
MELA	mela	150	150	150	150	150	

MARTEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi					Adulti
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria		
RISO ALLO ZAFFERANO	riso parboiled	50	60	70	80	80	
	odori	qb	qb	qb	qb	qb	
	burro	10	10	10	10	10	
	zafferano	qb	qb	qb	qb	qb	
	olio evo	5	5	5	5	5	
	parmigiano	5	5	5	5	5	
CROCCHETTE DI PESCE	pesce surg.	70	80	100	120	120	
	uovo pastorizzato	5	5	5	5	5	
	patate lesse	qb	qb	qb	qb	qb	
	olio evo	5	5	5	5	5	
	odori	qb	qb	qb	qb	qb	
	pangrattato	qb	qb	qb	qb	qb	
CAVOLFIORE GRATINATO	cavolfiore	70	80	90	100	150	
	odori	qb	qb	qb	qb	qb	
	pangrattato	qb	qb	qb	qb	qb	
	olio evo	5	5	5	5	5	
PANE INTEGRALE	pane	30	30	60	60	60	
CROSTATA	crostata	50	50	50	50	50	

MERCOLEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi					Adulti
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria		
LASAGNE AL POMODORO	pasta all'uovo	30	40	60	60	60	
	pomodori pelati	70	70	70	70	70	
	odori	qb	qb	qb	qb	qb	
	latte/burro/farina	qb	qb	qb	qb	qb	
	olio evo	5	5	5	5	5	
	parmigiano	5	5	5	5	5	
PARMIGIANO	parmigiano	30	40	50	70	70	
BASTONCINI DI VERDURE	carote	40	40	40	70	70	
	finocchi	40	40	40	70	70	
	olio evo	qb	qb	qb	qb	qb	
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60	
MIKAWA	mikawa	150	150	150	150	150	

GIOVEDI'						
	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				Adulti
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	
CREMA DI PATATE E CAROTE CON CROSTINI	crostini di pane	10	10	20	20	30
	patate	50	50	70	70	70
	carote	50	50	60	60	80
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
BOCCONCINI DI POLLO	petto di pollo	60	70	90	100	100
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	farina/pangrattato	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
SPINACI SALTATI	spinaci surg.	70	80	90	100	150
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE INTEGRALE	pane	30	30	60	60	60
BANANA	banana	150	150	150	150	150

VENERDI'						
	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				Adulti
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	
RAVIOLI BURRO E SALVIA	ravioli ricotta e spinaci	70	90	130	150	150
	burro	10	10	10	15	15
	salvia	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
SFORMATO DI VERDURE	fagiolini surg.	30	40	50	60	60
	carote	30	30	40	40	40
	patate	40	50	60	60	70
	parmigiano	5	5	5	10	10
	olio evo	5	5	5	5	5
	uovo pastorizzato	qb	qb	qb	qb	qb
	ricotta	20	20	30	30	30
INSALATA VERDE	insalata	40	40	50	70	70
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60
ARANCIA/MANDARINI	arancia/mandarini	150	150	150	150	150

**COMUNE DI FIRENZE-DIREZIONE ISTRUZIONE
SERVIZIO SUPPORTO ALLE ATTIVITA' EDUCATIVE E SCOLASTICHE
MENSE E REFEZIONE SCOLASTICA-TRASPORTI**

- P.O.

MENU' dal 7 gennaio al 13 aprile

LEGENDA	
INFANZIA	FASCIA 3/6/ANNI
PRIMARIA 1	FASCIA7/9ANNI
PRIMARIA 2	FASCIA10/11 ANNI
SECONDARIA	FASCIA 12/13 ANNI
ADULTI	FASCIA >17 ANNI

PRIMA SETTIMANA						
LUNEDI'						
	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
RISO AI PORRI	riso parboiled	50	60	70	80	80
	porri	40	50	50	60	60
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
OMELETTE AL FORMAGGIO	uova pastorizzate	70	80	100	120	120
	latte p.s.	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	10	10
BIETE ALL'OLIO	biete surg.	70	80	90	100	150
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60
MELA	mela	150	150	150	150	150

MARTEDI'						
	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
PASTINA IN BRODO VEGETALE	pastina di semola	20	20	25	30	30
	zucchine	qb	qb	qb	qb	qb
	carote	qb	qb	qb	qb	qb
	porri/patate	qb	qb	qb	qb	qb
	pomodori pelati	qb	qb	qb	qb	qb
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
POLLO ARROSTO	petto di pollo	60				100
	coscia di pollo		80	100	160	160
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
PATATE ARROSTO	patate	150	150	180	200	200
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE INTEGRALE	pane	30	30	60	60	60
ARANCIA	arancia	150	150	150	150	150

MERCOLEDI'						
	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
LASAGNE AL POMODORO	pasta all'uovo	30	40	60	60	60
	pomodori pelati	70	70	70	70	70
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	latte/burro/farina	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
PARMIGIANO	parmigiano	30	40	50	70	70
BASTONCINI DI VERDURE	carote	40	40	40	70	70
	finocchi	40	40	40	70	70
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60
PERA	pera	150	150	150	150	150

GIOVEDI'						
	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
CREMA DI LEGUMI CON CROSTINI	crostini di pane	10	10	20	20	30
	legumi secchi misti	30	30	50	50	70
	odori/pomodori pelati	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
ARISTA	arista	50	60	80	100	100
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
CAROTE STUFATE	carote	70	80	90	100	150
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE INTEGRALE	pane	30	30	60	60	60
CROSTATA	crostata	50	50	50	50	50

VENERDI'						
	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
CONCHIGLIE AL PESTO	pasta di semola	50	70	80	100	100
	pesto conf.	20	20	30	30	30
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
BASTONCINI DI MERLUZZO	bastoncini di merluzzo surg.	n. 3	n. 4	n. 5	n. 5	n. 6
	olio evo	qb	qb	qb	qb	qb
CAVOLFIORE GRATINATO	cavolfiore	70	80	90	100	150
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	pangrattato	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60
BANANA	banana	150	150	150	150	150

SECONDA SETTIMANA

LUNEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi					Adulti
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria		
FUSILLI AL BURRO	pasta di semola	50	70	80	100	100	
	burro	10	10	10	10	10	
	olio evo	5	5	5	5	5	
	parmigiano	5	5	5	5	5	
HALIBUT PANATO	halibut surg.	70	80	100	120	120	
	odori	qb	qb	qb	qb	qb	
	farina/pangrattato	qb	qb	qb	qb	qb	
	olio evo	5	5	5	5	5	
CAROTE STUFATE	carote	70	80	90	100	150	
	odori	qb	qb	qb	qb	qb	
	olio evo	5	5	5	5	5	
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60	
ARANCIA	arancia	150	150	150	150	150	

MARTEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi					Adulti
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria		
LASAGNE AL RAGU'	pasta all'uovo	30	40	60	60	60	
	pomodori pelati	70	70	70	70	70	
	odori	qb	qb	qb	qb	qb	
	vitellone	15	15	15	20	20	
	latte/burro/farina	qb	qb	qb	qb	qb	
	olio evo	5	5	5	5	5	
	parmigiano	5	5	5	5	5	
CACIOTTA	caciotta	30	50	70	70	70	
BASTONCINI DI VERDURE	carote	40	40	40	70	70	
	finocchi	40	40	40	70	70	
	olio evo	qb	qb	qb	qb	qb	
PANE INTEGRALE	pane	30	30	60	60	60	
PERA	pera	150	150	150	150	150	

MERCOLEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi					Adulti
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria		
PASTINA IN BRODO VEGETALE	pastina di semola	20	20	25	30	30	
	zucchine	qb	qb	qb	qb	qb	
	carote	qb	qb	qb	qb	qb	
	patate	qb	qb	qb	qb	qb	
	pomodori pelati	qb	qb	qb	qb	qb	
	odori	qb	qb	qb	qb	qb	
	olio evo	5	5	5	5	5	
	parmigiano	5	5	5	5	5	
BOCCONCINI DI TACCHINO	fesa di tacchino	60	70	90	100	100	
	odori	qb	qb	qb	qb	qb	
	farina/pangrattato	qb	qb	qb	qb	qb	
	olio evo	5	5	5	5	5	
PURE' DI PATATE	patate	70	70	150	150	150	
	burro	5	5	5	5	5	
	latte p.s.	5	5	5	5	5	
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60	
MELA	mela	150	150	150	150	150	

GIOVEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
TORTELLINI AL POMODORO	tortellini	70	80	90	120	120
	pomodori pelati	70	70	70	70	70
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
CROCCHETTE DI LEGUMI	legumi secchi misti	15	15	20	20	25
	patate	40	40	50	50	60
	farina/pangrattato	qb	qb	qb	qb	qb
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
SPINACI SALTATI	spinaci surg.	70	80	90	100	150
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE INTEGRALE	pane	30	30	60	60	60
CROSTATA	crostata	50	50	50	50	50

VENERDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
PENNE AL RAGU' DI LENTICCHIE	pasta di semola	50	70	80	100	100
	lenticchie secche	20	20	40	40	60
	odori/pomodori pelati	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
TORTINO DI PATATE	patate	40	50	80	80	80
	uovo pastorizzato	50	60	80	100	100
	olio evo	5	5	5	5	5
	latte p.s.	qb	qb	qb	qb	qb
	parmigiano	5	5	5	5	5
BROCCOLI AL VAPORE	broccoli	70	80	90	100	150
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60
BANANA	banana	150	150	150	150	150

TERZA SETTIMANA**LUNEDI'**

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
MACCHERONI AL POMODORO	pasta di semola	50	70	80	100	100
	pomodori pelati	70	70	70	70	70
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
PROSCIUTTO COTTO	prosciutto cotto	50	70	90	100	100
FAGIOLINI AL VAPORE	fagiolini surg.	70	80	90	100	150
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60
MELA	mela	150	150	150	150	150

MARTEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
CREMA DI VERDURE CON CROSTINI	crostini di pane	10	10	20	20	30
	patate	50	50	50	50	50
	broccoli di cavolo	50	50	60	60	80
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
POLPETTE DI VITELLONE	carne di vitellone	50	60	70	100	100
	uovo pastorizzato	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
	patate/pane/pangrattato	qb	qb	qb	qb	qb
	latte p.s.	qb	qb	qb	qb	qb
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
PATATE LESSE	patate	150	150	180	200	200
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE INTEGRALE	pane	30	30	60	60	60
MANDARINI	mandarini	150	150	150	150	150

MERCOLEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
RISO ALLO ZAFFERANO	riso parboiled	50	60	70	80	80
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	burro	10	10	10	10	10
	zafferano	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
SPEZZATINO DI POLLO ALLA CACCIATORA	petto di pollo	60	70	90	100	100
	pomodori pelati	50	50	50	50	50
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olive nere	5	5	5	5	5
	farina	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
BROCCOLI AL VAPORE	broccoli	70	80	90	100	150
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE INTEGRALE	pane	30	30	60	60	60
BANANA	banana	150	150	150	150	150

GIOVEDI'						
	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				Adulti
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	
LASAGNE AL PESTO	pasta all'uovo	30	40	60	60	60
	pesto conf.	15	15	15	15	15
	latte/burro/farina	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
MOZZARELLA FIOR DI LATTE	mozzarella fior di latte	40	50	70	100	100
FINOCCHI JULIENNE	finocchi	70	80	90	100	150
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60
ARANCIA	arancia	150	150	150	150	150

VENERDI'						
	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				Adulti
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	
FUSILLI ALL'OLIO	pasta di semola	50	70	80	100	100
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
HAMBURGER DI PESCE	pesce surg.	70	80	100	120	120
	patate/pane	qb	qb	qb	qb	qb
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
CAROTE JULIENNE	carote	50	50	80	80	80
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60
CROSTATA	crostata	50	50	50	50	50

QUARTA SETTIMANA

LUNEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
RAVIOLI BURRO E SALVIA	ravioli di ricotta	70	90	130	150	150
	burro	10	10	10	15	15
	salvia	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
PLATESSA AL LIMONE	platessa surg.	70	80	100	120	120
	farina	qb	qb	qb	qb	qb
	succo di limone	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
BIETE SALTATE	biete surg.	70	80	90	100	150
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60
PERA	pera	150	150	150	150	150

MARTEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
RISO ALLA ZUCCA GIALLA	riso parboiled	50	60	70	80	80
	zucca gialla	60	80	100	100	100
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
CROCCHETTE DI LEGUMI	legumi secchi misti	15	15	20	20	25
	patate	40	40	50	50	60
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	farina/pangrattato	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
CAROTE JULIENNE E MAIS	carote julienne	50	50	80	80	80
	mais	5	10	10	10	10
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE INTEGRALE	pane	30	30	60	60	60
CROSTATA	crostata	50	50	50	50	50

MERCOLEDI'

	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	Adulti
PASSATO DI VERDURE CON ORZO	orzo perlato	30	40	50	60	60
	cavolo verza	10	10	10	10	10
	zucchine/biete	10	10	10	10	10
	patate	10	10	10	10	10
	carote/porri	10	10	10	10	10
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	parmigiano	5	5	5	5	5
	olio evo	5	5	5	5	5
OMELETTE AL PROSCIUTTO	uovo pastorizzato	70	80	100	120	120
	latte p.s.	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	prosciutto cotto	10	20	20	30	30
FINOCCHI AL VAPORE	finocchi	70	80	90	100	150
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE TOSCANO	pane	30	30	60	60	60
BANANA	banana	150	150	150	150	150

GIOVEDI'						
	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				Adulti
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	
FARFALLE AL POMODORO	pasta di semola	50	70	80	100	100
	pomodori pelati	70	70	70	70	70
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
	parmigiano	5	5	5	5	5
HAMBURGER DI VITELLONE	carne di vitellone	50	60	70	100	100
	patate/pane	qb	qb	qb	qb	qb
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
CAVOLFIORE ALL'OLIO	cavolfiore	70	80	90	100	150
	olio evo	5	5	5	5	5
PANE INTEGRALE	pane	30	30	60	60	60
MELA	mela	150	150	150	150	150

VENERDI'						
	Lista degli alimenti	Quantita' pro-capite in grammi				Adulti
		Infanzia	Primaria 1	Primaria 2	Secondaria	
PIZZA ROSSA	base pizza precotta	150	150	200	250	250
	pomodori pelati	30	30	30	30	30
	odori	qb	qb	qb	qb	qb
	olio evo	5	5	5	5	5
MOZZARELLA FIOR DI LATTE	mozzarella fior di latte	40	50	70	100	100
BASTONCINI DI VERDURE	carote	40	40	40	70	70
	finocchi	40	40	40	70	70
	olio evo	qb	qb	qb	qb	qb
PANE TOSCANO	pane	qb	qb	qb	qb	qb
ARANCIA	arancia	150	150	150	150	150