

Menù estivo primaria e infanzia scuole Comune di Sabaudia

	I settimana dal 05 al 09/10/26	II settimana dal 12 al 16/10/26	III settimana dal 19 al 23/10/26	IV settimana dal 26 al 30/10/26	V settimana dal 02 al 06/11/26	VI settimana dal 09 al 13/11/26
Lunedì	Pasta (30, 40, 50g) e (30, 40g) lenticchie	Pasta (30, 40, 50g) e legumi	Pasta (40, 50, 60g) pomodorini, ceci (25, 30,35g) e sedano (3g)	Riso (50, 70, 80g) al pomodoro (60, 80, 90g) e parmigiano	Pasta integrale (50, 70, 80g) con zucchine	Pasta (50, 70, 80g) al pomodoro (60, 80, 90g)e basilico
	Crescenza (50, 60, 80g)	Straccetti di pollo (60, 80, 100g)	Frittata saporita (50, 70, 100g)	Frittata tricolore (50, 70, 100g)	Ricotta (60, 80, 100g)	Merluzzo gratinato al limone (70, 90, 100g)
	Bieta all'olio (120, 160, 180g)	Zucchine all'olio (120, 160, 180g)	Zucchine all'olio (120, 160, 180g)	Carote all'olio (80, 100, 120g)	Carote julienne (50, 60, 60g)	Piselli (80, 100, 120g)
	Pane (40g, 50g, 70g)	Pane (40g, 50g, 70g)	Pane (40g, 50g, 70g)	Pane (40g, 50g, 70g)	Pane (40g, 50g, 70g)	Pane (40g, 50g, 70g)
	Frutta di stagione (100g, 120g,150)	Frutta di stagione (100g, 120g,150)	Frutta di stagione (100g, 120g,150)	Frutta di stagione (100g, 120g,150)	Frutta di stagione (100g, 120g,150)	Frutta di stagione (100g, 120g,150)
Martedì	Pasta (50, 70, 80g) olio e parmigiano	Riso (50, 70, 80g) al pomodoro (60, 80, 90g)	Pasta (50, 70, 80g) al pomodoro (60, 80, 90g)e basilico	Pasta (30, 40, 50g) e lenticchie (30, 40g)	Pasta (30, 40, 50g) con fagioli cannellini (30, 40g)	Pasta (50, 70, 80g) olio e parmigiano
	Polpette di bovino (60, 80, 100g)	Uova strapazzate (50, 70, 100g)	Tortino di merluzzo (98, 142, 175g)	Spezzatino di tacchino (60, 80, 100g)	Prosciutto cotto (40, 60, 70g)	Polpette di lenticchie al pomodoro (60, 80, 100g)
	Insalata verde e cetrioli (60, 80g)	Patate prezzemolate (120, 160, 180g)	Piselli e carote (120, 160, 180g)	Zucchine (120, 160, 180g) gratinate (5, 7g)	Patate all'olio (120, 160, 180g)	Spinaci all'olio (120, 130, 150g)
	Pane (40g, 50g, 70g)	Pane (40g, 50g, 70g)	Pane (40g, 50g, 70g)	Pane (40g, 50g, 70g)	Pane (40g, 50g, 70g)	Pane (40g, 50g, 70g)
	Frutta di stagione (100g, 120g,150)	Frutta di stagione (100g, 120g,150)	Frutta di stagione (100g, 120g,150)	Frutta di stagione (100g, 120g,150)	Frutta di stagione (100g, 120g,150)	Frutta di stagione (100g, 120g,150)
Mercoledì	Pasta (30, 40, 50g) con ceci (20, 30g) e zafferano	Pasta (50, 70, 80g) alla campagnola	Crema di verdure con riso (60, 65g)	Pasta (50, 70, 80g) al pesto	Pasta (50, 70, 80g) olio e parmigiano	Farro (50, 70, 80) con crema di verdure (15g) e pomodoro (60, 80, 90g)
	Spezzatino di tacchino (60, 80, 100g)	Mozzarella (50, 80, 100g)	Spezzatino di pollo (60, 80, 100g)	Mozzarella (50, 80, 100g)	Polpette di tacchino al forno (60, 80, 100g)	Mozzarella (50, 80, 100g)
	Carote all'olio (80, 100, 120g)	Carote julienne (60, 50, 60g)	Patate all'olio (120, 160, 180g)	Pomodori, carote e cetrioli (60, 50, 60g)	Fagiolini all'olio (120, 160, 180g)	Insalata verde (30, 40g)
	Pane (40g, 50g, 70g)	Pane (40g, 50g, 70g)	Pane (40g, 50g, 70g)	Pane (40g, 50g, 70g)	Pane (40g, 50g, 70g)	Pane (40g, 50g, 70g)
	Polpa di frutta (100g)	Polpa di frutta (100g)	Polpa di frutta (100g)	Polpa di frutta (100g)	Polpa di frutta (100g)	Polpa di frutta (100g)
Giovedì	Pasta (50, 70, 80g) al pomodoro e basilico	Pasta (50, 70, 80g) con crema di zucchine e pesto (40, 50g)	Pennette (50, 70, 80g) tonno e pomodoro	Pasta (50, 70, 80g) olio e parmigiano	Riso (50, 70, 80g)con zucca (30, 40g) e parmigiano	Pasta (50, 70, 80g) alla pizzaiola (60, 80, 90g)
	Frittata (50, 70, 100g) con ricotta (30, 40g)	Polpette di bovino (60, 80, 100g) al pomodoro	Polpette di merluzzo/Salmone (60, 80, 100g)	Spezzatino di bovino (60, 80, 100g)	Spezzatino di bovino/Hamburger al pomodoro (70, 100, 130g)	Uova strapazzate (50, 70, 100g) con formaggio (5, 10g)
	Spinaci all'olio (120, 130, 150g)	Fagiolini all'olio (120, 160, 180g)	Bieta all'olio (120, 160, 180g)	Bieta all'olio (120, 160, 180g)	Zucchine all'olio (120, 160, 180g)	Zucchine all'olio (120, 160, 180g)
	Pane (40g, 50g, 70g)	Pane (40g, 50g, 70g)	Pane (40g, 50g, 70g)	Pane (40g, 50g, 70g)	Pane (40g, 50g, 70g)	Pane (40g, 50g, 70g)
	Frutta di stagione (100g, 120g,150)	Frutta di stagione (100g, 120g,150)	Frutta di stagione (100g, 120g,150)	Frutta di stagione (100g, 120g,150)	Frutta di stagione (100g, 120g,150)	Frutta di stagione (100g, 120g,150)
Venerdì	Pasta (50, 70, 80g) alla norma	Pasta (50, 70, 80g) al pomodoro e ricotta (20, 25, 35g)	Pasta integrale (50, 70, 80g) con zucchine	Riso integrale (50, 70, 80g) con verdure (40, 50g)	Pasta (50, 70, 80g) al pomodoro (60, 80, 90g)	Vellutata di ceci (30, 40, 50g) con riso (30, 40, 50g)
	Bocconcini di pesce (80, 100g)	Merluzzo gratinato (70, 90, 100g)	Asiago/Provola dolce (50, 60, 80g)	Bocconcini di pesce (98, 142, 175g)	Formaggio fresco/ Stracchino/Robiola (50, 60, 70g)	Spezzatino di bovino (60, 80, 100g) al pomodoro
	Patate al forno (120, 160, 180g)	Piselli (80, 100, 120g)	Insalata mista (60, 80, 100g)	Insalata verde (30, 40g)	Insalata mista (60, 80, 100g)	Carote all'olio (80, 100, 120g)
	Pane (40g, 50g, 70g)	Pane (40g, 50g, 70g)	Pane (40g, 50g, 70g)	Pane (40g, 50g, 70g)	Pane (40g, 50g, 70g)	Pane (40g, 50g, 70g)
	Frutta di stagione o ciambellone allo yogurt	Frutta di stagione o ciambellone allo yogurt	Frutta di stagione o ciambellone allo yogurt	Frutta di stagione o ciambellone allo yogurt	Frutta di stagione o ciambellone allo yogurt	Frutta di stagione o ciambellone allo yogurt