

MENU MENSA SCOLASTICA ARITZO AUTUNNO INVERNO 2025/2026

PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
LUNEDI'	LUNEDI'	LUNEDI'	LUNEDI'
Pasta in Bianco(GLUTINE)	Pasta al Sugo(GLUTINE)	Pasta al Sugo(GLUTINE)	Pasta al Tonno(GLUTINE,PESCE)
Formaggio (LATTE)	UOVA(UOVA)	Carne arrosto	Pesce(PESCE)
Verdure di Stagione	Verdure di Stagione	Verdure di Stagione	Verdure di Stagione
Pane(GLUTINE)	Pane(GLUTINE)	Pane(GLUTINE)	Pane(GLUTINE)
Frutta di Stagione	Frutta di Stagione	Frutta di Stagione	Frutta di Stagione
MARTEDI'	MARTEDI'	MARTEDI'	MARTEDI'
Pasta con Tonno(GLUTINE,PESCE)	Pasta al Pesto(GLUTINE)	Passato di Verdure	Risotto al Sugo
Pesce al forno(PESCE)	Carne Arrosto	Pesce(PESCE)	Formaggio (LATTE)
Verdure di Stagione	Verdure di Stagione	Patate Lesse o al Forno	Verdure di Stagione
Pane(Glutine)	Pane(GLUTINE)	Pane(GLUTINE)	Pane(GLUTINE)
Frutta di Stagione	Frutta di Stagione	Frutta di Stagione	Frutta di Stagione
MERCOLEDI'	MERCOLEDI'	MERCOLEDI'	MERCOLEDI'
Pasta al sugo(GLUTINE)	Risotto allo Zafferano	Pasta in Bianco(GLUTINE)	Pasta in Bianco(GLUTINE)
Arrosto di Pollo	Formaggio (LATTE)	Uova(UOVA)	Carne
Verdure di Stagione	Verdure di Stagione	Verdura di Stagione	Verdure di Stagione
Pane(GLUTINE)	Pane(GLUTINE)	Pane(GLUTINE)	Pane(GLUTINE)
Frutta di Stagione	Frutta di Stagione	Frutta di Stagione	Frutta di Stagione
GIOVEDI'	GIOVEDI	GIOVEDI'	GIOVEDI'
Minestra di brodo(GLUTINE)	Passato di Verdure	Pasta al Sugo(GLUTINE)	Passato di verdure
Carne Lessa	Arrosto di Pollo	Carne	Carne
Patate	Patate lesse	Verdura di Stagione	Patate Lesse o Bollite
Pane(GLUTINE)	Pane(GLUTINE)	Pane(GLUTINE)	Pane(GLUTINE)
Frutta di Stagione	Frutta di Stagione	Frutta di Stagione	Frutta di Stagione
VENERDI'	VENERDI'	VENERDI'	VENERDI'
Risotto alla Parmigiana(LATTE)	Pasta al forno(GLUTINE,LATTOSIO)	Pizza (GLUTINE, LATTE)	Ravioli(GLUTINE, LATTE)
Prosciutto cotto	Pesce(PESCE)		Uova(UOVA)
Verdure di Stagione	Verdure di stagione	Verdure di Stagione	Verdure di Stagione
Pane(GLUTINE)	Pane(GLUTINE)	Pane(GLUTINE)	Pane(GLUTINE)
Frutta di Stagione	Frutta di Stagione	Frutta di Stagione	Frutta di Stagione

16/02/26



118

MENU MENSA SCOLASTICA ARITZO PRIMAVERA/ESTATE 2025/2026

PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
LUNEDI'	LUNEDI'	LUNEDI'	LUNEDI'
Pasta con Pomodorini freschi(GLUTINE)	Pasta al Sugo(GLUTINE)	Pasta al Sugo(GLUTINE)	Pasta al Tonno(GLUTINE,PESCE)
Formaggio (LATTE)	UOVA(UOVA)	Carne arrosto	Pesce(PESCE)
Verdure di Stagione	Verdure di Stagione	Verdure di Stagione	Verdure di Stagione
Pane(GLUTINE)	Pane(GLUTINE)	Pane(GLUTINE)	Pane(GLUTINE)
Frutta di Stagione	Frutta di Stagione	Frutta di Stagione	Frutta di Stagione
MARTEDI'	MARTEDI'	MARTEDI'	MARTEDI'
Pasta con Tonno(GLUTINE,PESCE)	Pasta al Pesto(GLUTINE,LATTE)	Passato di Verdure	Insalata di Riso
Pesce al forno(PESCE)	Carne Arrosto	Pesce(PESCE)	Formaggio (LATTE)
Verdure di Stagione	Verdure di Stagione	Patate Lesse o al Forno	Verdure di Stagione
Pane(GLUTINE)	Pane(GLUTINE)	Pane(GLUTINE)	Pane(GLUTINE)
Frutta di Stagione	Frutta di Stagione	Frutta di Stagione	Frutta di Stagione
MERCOLEDI'	MERCOLEDI'	MERCOLEDI'	MERCOLEDI'
Pasta al sugo (GLUTINE)	Risotto allo Zafferano	Pasta in Bianco(GLUTINE)	Pasta in Bianco(GLUTINE)
Arrosto di Pollo	Formaggio (LATTE)	Uova(UOVA)	Carne
Verdure di Stagione	Verdure di Stagione	Verdura di Stagione	Verdure di Stagione
Pane(GLUTINE)	Pane(GLUTINE)	Pane(GLUTINE)	Pane(GLUTINE)
Frutta di Stagione	Frutta di Stagione	Frutta di Stagione	Frutta di Stagione
GIOVEDI'	GIOVEDI'	GIOVEDI'	GIOVEDI'
Minestra di brodo(GLUTINE)	Passato di Verdure	Pasta al Sugo(GLUTINE)	Passato di verdure
Carne Lessa	Arrosto di Pollo	Carne	Carne
Patate	Patate lesse	Verdura di Stagione	Patate Lesse o Bollite
Pane(GLUTINE)	Pane(GLUTINE)	Pane(GLUTINE)	Pane(GLUTINE)
Frutta di Stagione	Frutta di Stagione	Frutta di Stagione	Frutta di Stagione
VENERDI'	VENERDI'	VENERDI'	VENERDI'
Risotto alla Parmigiana(LATTE)	Pasta al forno(GLUTINE, LATTE)	Pizza (GLUTINE, LATTE)	Ravioli
Prosciutto cotto	Pesce(PESCE)	Insalata	Uova(UOVA)
Verdure di Stagione	Verdure di stagione	Verdure di Stagione	Verdure di Stagione
Pane(GLUTINE)	Pane(GLUTINE)	Pane(GLUTINE)	Pane(GLUTINE)
Frutta di Stagione	Frutta di Stagione	Frutta di Stagione	Frutta di Stagione

16/02/26



2/8

A.S 2025\2026 MENU MENSA SCOLASTICA COMUNE ARITZO

Pesce alla Livornese	ANNI 3\6	ANNI 6\11	ANNI 11\14	
Filetto di merluzzo, plateasa (PESCE)	60/70	80/100	100/150	
Pomodori pelati	30	35	40	
Olive nere, aglio, prezzemolo	q.b	q.b	q.b	
Olio extravergine di oliva	3	4	5	
Sale iodato	q.b	q.b	q.b	

Spezzatino con o senza piselli o patate

	ANNI 3\6	ANNI 6\11	ANNI 11\14	
Carne di manzo, pollo, tacchino ecc	50/60	60/70	70/80	
Pomodori pelati	q.b	q.b	q.b	
Piselli o patate	60	70	80	
Olio extravergine di oliva	q.b	q.b	q.b	
Sale iodato e aromi	q.b	q.b	q.b	

Prosciutto cotto porzione secondo piatto

	ANNI 3\6	ANNI 6\11	ANNI 11\14	
Prosciutto cotto di coscia suina senza polifosfati o conservanti	25/30	30/35	35/40	

Formaggio da taglio porzione secondo piatto

	ANNI 3\6	ANNI 6\11	ANNI 11\14	
Dolce sardo stagionato (LATTE E DERIVATI)	40	50	60	
Dolce bio (LATTE E DERIVATI)	50/60	60/70	80/100	
Mozzarella arborea (LATTE E DERIVATI)	40/50	70/80	80	

Passata di verdura

	ANNI 3\6	ANNI 6\11	ANNI 11\14	
Pasta (GLUTINE)	20/25	25/30	35/40	
Verdure miste	150	200	250	

3/8

16/02/26



(SEDANO)				
Olio extravergine di olive	12/15	15/18	18/20	
Sale iodato e aromi	q.b	q.b	q.b	

Minestra in brodo di carne e vegetale

	ANNI 3\6	ANNI 6\11	ANNI 11\14	
Pasta (GLUTINE)	25/30	35/40	40/50	
Carne di manzo e pollo	60	90	110	
Base vegetale per brodo (cipolla, sedano, carota, pomodoro) (SEDANO)	30	35	40	
Sale iodato	q.b	q.b	q.b	

Risotto allo zafferano

	ANNI 3\6	ANNI 6\11	ANNI 11\14	
Riso	50/60	70/80	80/100	
Parmigiano reggiano (LATTE E DERIVATI)	6/7	7/8	8/9	
Olio extra vergine di oliva	12/15	15/18	18/20	
Zafferano sardo	q.b	q.b.	q.b	
Brodo vegetale (cipolla, sedano, carota, pomodoro) (SEDANO)	q.b	q.b	q.b.	
Aromi	q.b	q.b	q.b	
Sale iodato	q.b	q.b	q.b	

Risotto al sugo

	ANNI 3\6	ANNI 6\11	ANNI 11\14	
Riso	50/60	70/80	80/100	
Pomodori pelati	65/90	80/100	90/130	
Parmigiano reggiano (LATTE E DERIVATI)	6/7	7/8	8/9	
Olio extravergine di oliva	12/15	15/18	18/20	
Brodo vegetale (cipolla, sedano, carota, pomodoro) (SEDANO)	q.b	q.b	q.b	
Aromi	q.b	q.b	q.b	
Sale iodato	q.b	q.b	q.b	



16/02/26

Risotto alle verdure

	ANNI 3\6	ANNI 6\11	ANNI 11\14	
Riso	50/60	70/80	80/100	
Parmigiano reggiano (LATTE E DERIVATI)	6/7	7/8	8/9	
Zucchine o altre verdure	65/90	80/100	90/130	
Olio extravergine di oliva	12/15	15/18	18/20	
Cipolla	5	5	5	
Brodo vegetale (cipolla, sedano, carote, pomodoro) (SEDANO)	q.b	q.b	q.b	
Sale iodato	q.b	q.b	q.b	

Minestra di legumi/pasta e fagioli

	ANNI 3\6	ANNI 6\11	ANNI 11\14	
Pasta (GLUTINE)	20/25	25/30	35/40	
Ceci o fagioli	30	30	35/40	
Cipolla	5	5	5	
Olio extravergine di oliva	3	4	5	

(17a) pasta con legumi

	ANNI 3\6	70/80	80/100	
Pasta (GLUTINE)	50/60	70/80	80/100	
Ceci o fagioli	30	35	40	
Cipolla	5	5	5	
Olio extravergine di oliva	12/15	15/18	18/20	

Ravioli ricotta e spinaci o di formaggio

	ANNI 3\6	ANNI 6\11	ANNI 11\14	
Ravioli ripieni con ricotta e spinaci o di formaggio (GLUTINE, LATTE E DERIVATI)	50/60	70/80	80/100	
Pomodori pelati	65/90	80/100	90/130	
Carote, sedano, cipolla (SEDANO)	10	15	15	16/02/26
Olio extravergine di oliva	12/15	15/18	18/20	
Pareggiano reggiano (LATTE E DERIVATI)	6/7	7/8	8/9	

518

Sale iodato	q.b	q.b	q.b	
-------------	-----	-----	-----	--

Pasta olio e parmigiano

	ANNI 3\6	ANNI 6\11	ANNI 11\14	
Pasta(GLUTINE)	50\60	70\80	80\100	
Olio extravergine di oliva	12\15	15\18	18\20	
Parmigiano reggiano(LATTE E DERIVATI)	6\7	7\8	8\9	
Sale iodato	q.b	q.b	q.b	

Pasta al sugo o al ragù

	ANNI 3\6	ANNI 6\11	ANNI 11\14	
Pasta(GLUTINE)	50\60	70\80	80\100	
Pomodori pelati	65\90	80\100	90\130	
Carote, Sedano, Cipolla(SEDANO)	10	15	15	
Olio extravergine di oliva	12\15	15\18	18\20	
Parmigiano reggiano-Se e' Pasta tipica: Pecorino Sardo DOP (LATTE E DERIVATI)	6\7	7\8	8\9	
Sale iodato	q.b	q.b	q.b	

(21) Pasta alle Verdure

	ANNI 3\6	ANNI 6\11	ANNI 11\14	
Pasta(GLUTINE)	50\60	70\80	80\100	
Verdure(zucchine)	65\90	80\100	90\130	
Olio extravergine di oliva	12\15	15\18	18\20	
Sale iodato	q.b	q.b	q.b	

Pasta al tonno\ Pasta al sugo con tonno

	ANNI 3\6	ANNI 6\11	ANNI 11\14	
Pasta(GLUTINE)	50\60	70\80	80\100	
Tonno (PESCE)	20\25	25\30	30\35	
Se e' con sugo: Pomodori pelati	65\90	80\100	90\130	
Aromi: cipolla, prezzemolo	q.b	q.b	q.b	

16/02/26

 618

A.S 2025\2026 MENU MENSA SCOLASTICA COMUNE ARITZO

Patate ANNI 3\6 ANNI 6\11 ANNI 11\14

Patate	100\200	140\160	160\200	
Olio extravergine di oliva	12\15	15\18	18\20	
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b	
Pane	ANNI 3\6	ANNI 6\11	ANNI 11\14	
Pane(GLUTINE)	40	50	60	

Frutta di Stagione ANNI 3\6 ANNI 6\11 ANNI 11\14

Mele	150	150\200	200	
Pere	150	150\200	200	
Banane	150	150\200	200	
Mandaranci	150	150\200	200	
Mandarini	150	150\200	200	
Melone	150	150\200	200	
(4) Uovo	ANNI 3\6	ANNI 6\11	ANNI 11\14	
Uovo(UOVO)	1	1	1	

Pesce al Forno ANNI 3\6 ANNI 6\11 ANNI 11\14

Filetto di Merluzzo, Platessa (PESCE)	60\70	80\100	100\150	
Sale iodato	q.b	q.b	q.b	

Pesce alla pizzaiola ANNI 3\6 ANNI 6\11 ANNI 11\14

Filetto di Merluzzo, Platessa (PESCE)	60\70	80\100	100\150	
Pomodori pelati	30	35	40	
Origano, Aglio, Prezzemolo	q.b	q.b	q.b	
Olio extra vergine di oliva	3	4	5	
Sale iodato	q.b	q.b	q.b	

Verdure di stagione

crude o cotte ANNI 3\6 ANNI 6\11 ANNI 11\14

Bietole,Spinaci	100	100\200	200\250	
Patate, Carote	100	100\200	200\250	
Olio extra vergine di oliva	12\15	15\18	18\20	
Sale iodato	q.b	q.b	q.b	
Verdure a foglie	40	50	60	
Pomodori,finocchi Carote	100	100\200	200\250	
Olio extravergine di oliva	12\15	15\18	18\20	16/02/26
Sale iodato	q.b	q.b	q.b	

718



Pizza Margherita

Farina 00 (GLUTINE)	40	80\90	80\100
Pasta per pizza(GLUTINE)	90\100	120\130	140\160
Passata di Pomodoro	q.b	q.b	q.b
Acqua	q.b	q.b	q.b
Basilico	q.b	q.b	q.b
Mozzarella(LATTE E DERIVATI)	40\50	70\80	80
Olio extra vergine di oliva	q.b	q.b	q.b
Lievito di birra(GLUTINE)	q.b	q.b	q.b
Sale Iodato	q.b	q.b	q.b

LEGENDA: Gli Allergeni sono indicati in grassetto e tra parentesi

16/02/26

8/8

