

# Menu Scuole Primavera

( APRILE )  
( MAGGIO )  
( GIUGNO )

Comune di  
**Caprese Michelangelo**

Scuole di  
**Caprese Michelangelo**



## 1ª SETTIMANA

Dal 30/03/26 al 03/04/26 – dal 04/05/26 al 08/05/26 – dal 08/06/26 al 12/06/26

### LUNEDÌ

Pasta al pomodoro  
Rotolo di frittata  
Bietole all'agro

### MARTEDÌ

Passato di legumi /pastina  
Arista in forno  
Carote

### MERCOLEDÌ

Gnocchi al pesto  
Mozzarella  
Piselli

### GIOVEDÌ

Riso alla parmigiana  
Bocconcini di pollo  
Insalata

### VENERDÌ

Pasta rosè  
Filetto di pesce impanato  
Finocchi

## 2ª SETTIMANA

Dal 06/04/26 al 10/04/26 – dal 11/05/26 al 15/05/26 – dal 15/06/26 al 19/06/26

### LUNEDÌ

Minestra vegetale/cereale  
Hamburger /Polpette  
Insalata

### MARTEDÌ

Lasagne al pomodoro  
Formaggio fresco  
Zucchine trifolate

### MERCOLEDÌ

Pasta al pomodoro  
Tacchino al limone  
Fagioli all'olio

### GIOVEDÌ

Pasta all'olio  
Filetto di pesce al forno  
Fagiolini

### VENERDÌ

Riso allo zafferano  
Frittata  
Carote julienne

## 3ª SETTIMANA

Dal 13/04/26 al 17/04/26 – dal 18/05/26 al 22/05/26 – dal 22/06/26 al 26/06/26

### LUNEDÌ

Pasta con Zucchine  
Mozzarella  
Spinaci all'olio

### MARTEDÌ

Riso primavera  
Cosci di pollo al forno  
Insalata

### MERCOLEDÌ

Ravioli burro e salvia  
Filetto di pesce impanato  
Carote

### GIOVEDÌ

Minestra vegetale/cereale  
Frittata/uovo sodo  
Piselli

### VENERDÌ

Pasta al pesto  
Roastbeef  
Fagiolini

## 4ª SETTIMANA

Dal 20/04/26 al 24/04/26 – dal 25/05/26 al 29/05/26

### LUNEDÌ

Riso all'olio  
Fesa di tacchino al forno  
Fagiolini

### MARTEDÌ

Pasta al pesto siciliano  
Filetto/Pesce alla mugnaia  
Caponata di verdura

### MERCOLEDÌ

Pasta rosè  
Polpette di legumi o legumi  
Insalata mista

### GIOVEDÌ

Pizza  
Prosciutto crudo\*  
Carote julienne

### VENERDÌ

Minestra vegetale/cereale  
Formaggio fresco  
Spinaci all'olio

## 5ª SETTIMANA

Dal 27/04/26 al 01/05/26 – dal 01/06/26 al 05/06/26

### LUNEDÌ

Pasta al pesto  
Filetto di pesce impanato  
Carote

### MARTEDÌ

Riso alle zucchine  
Frittata  
Bietole all'agro

### MERCOLEDÌ

Passato di verdure/ cereale  
Roastbeef  
Patate

### GIOVEDÌ

Pasta al ragù di carne  
Caprese  
Pomodori

### VENERDÌ

Tortellini rosè  
Pollo impanato  
Caponata di verdura



# Sostanze o prodotti che provocano allergie o intolleranze



## FRUTTA A GUSCIO (NUTS)

Mandorle (*Amigdalus communis* L.), nocciole (*Corylus avellana*), noci (*Juglans regia*), noci di acagiù (*Anacardium occidentale*), noci di pecan (*Carya illinoensis* (Wangenh) K. Koch), noci del Brasile (*Bertholletia excelsa*), pistacchi (*Pistacia vera*), noci macadamia o noci del Queensland (*Macadamia temifolia*) noci macadamia o noci del Queensland (*Macadamia temifolia*) e i loro prodotti, tranne per la frutta a guscio utilizzata per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola.



## SEDANO (CELERY)

E prodotti a base di sedano.



## SENAPE (MUSTARD)

E prodotti a base di senape.



## SEMI DI SESAMO (SESAME)

E prodotti a base di semi di sesamo.



## ANIDRIDE SOLFOROSA (SULPHUR DIOXIDE SULPHITES)

E solfiti in concentrazioni superiori a 10mg/kg o 10mg/l espressi in termini di SO<sub>2</sub> totale da calcolarsi per i prodotti così come proposti pronti al consumo o ricostituiti conformemente alle istruzioni dei fabbricanti.



## LUPINI (PUPIN)

E prodotti a base di lupini.



## MOLLUSCHI (MOLLUSCS)

E prodotti a base di molluschi.



## GLUTINE (CEREALS CONTAINING WHEAT)

(grano, segale, orzo, farro, kamut o i loro ceppi ibridati) e prodotti derivati, tranne: Sciroppi di glucosio a base di grano. incluso destrosio; Molto dostrino a base di grano; Sciroppi di glucosio e base di orzo; Cereali utilizzati per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola.



## CROSTACEI (CRUSTACEANS)

E prodotti a base di crostacei.



## UOVA (EGGS)

E prodotti a base di uova. (sono compreso le uova di tutte lo specie di animali ovipari)



## PESCE (FISH)

E prodotti a base di pesce, tranne: gelatina di pesce utilizzata come supporto per preparati di vitamine o carotenoidi; gelatina o colla di pesce utilizzata come chiarificante nella birra o noi vino.



## ARACHIDI (PEANUTS)

E prodotti a base di arachidi.



## SOIA (SOYA)

E prodotti a base di soia, tranne: olio o grosso di soia raffinato; tocoloroli misti naturali (E306). tocoferolo D-alfa naturale, tocoferolo acetato D-alfa naturale. tocoferolo succinato D-alfa naturale a base di soia; oli vegetali derivati da fitosteroli e litosteroli esteri a base di soia; estero di stanalo vegetale prodotto da steroli di olio vegetale a base di soia.



## LATTE (MILK)

E prodotti a base di latte (incluso lattosio), tranne: siero di latte utilizzato per la fabbricazione di distillati alcolici. incluso l'alcol etilico di origino agricola; lattiolio. (sono compresi latte bovino. caprino. ovino. e ogni tipo di prodotto da essi derivato).

# Grammature per porzione



Facciamo impatto sociale



PIETANZE	ASILO NIDO	SCUOLA DELL'INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA INFERIORE
Pasta o riso asciutti	40	50/60	70/80	90/100
Pasta, riso, orzo o simili in brodo vegetale	30	40	50	60
Pasta per lasagne	40	50	60	90
Gnocchi di patate	120	150	180	220
Tortellini in brodo	30	40	80	100
Ravioli	70	80	120	140
Farina di mais per polenta	40	50	70	90
Patate per contorno	80	100	150	200
Patate per creme/passati	30	40	70	100
Crostini per minestre	30	40	50	60
Pane	20	40	50	60
Legumi secchi per creme/passato Carne bianca o rossa	10	20	30	40
Pesce	40	50	60	80
Uova	50	70	100	120
Formaggi freschi	1	1	1	1 e 1/2
Formaggi semi-stagionati	40	40	50	60
Salumi affettati	30	30	40	50
Verdura a foglia cruda	30	30	40	60
Verdura da consumare cotta	40	40	50	50
Frutta fresca	150	150	150	200
Olio evo per pietanza	120	120	150	200
Formaggio grattugiato per pietanza	5	5	5	7
Sugo con base di pomodoro	5	5	5	5 - 10
Sugo al pesto o di carne	20	20	30	50
	10	10	15	15

Il peso degli alimenti si riferisce al crudo e al netto degli scarti.  
Le grammature sono tratte da:  
“LARN – 2014”,  
“Linee di indirizzo regionali per la ristorazione scolastica - 2016”  
e “Linee guida per una sana alimentazione 2018 – CREA”

Porzione (grammi o ml)