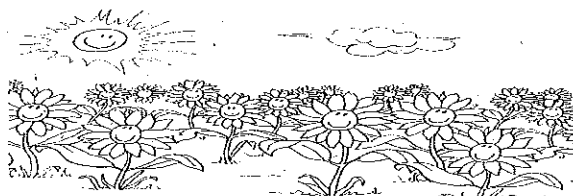


Menù Estivo

1^a Settimana

Pasta all'olio
Vitello arrosto
Pomodori in insalata
Pane
Frutta di stagione

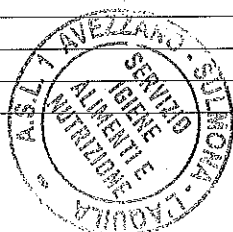


	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare
Lunedì	Pasta	50	70
	Parmigiano	5	5
	Olio	5	5
	Vitello	80	100
	Olio	5	5
	Aromi	q.b.	q.b.
	Pomodori	50	50
	Olio	10	10
	Basilico	q.b.	q.b.
	Pane	40	50
	Frutta di Stagione	150	150

Spaghetti al pomodoro fresco
Stracchino/mozzarella
Finocchi gratinati
Pane
Frutta di stagione



	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare
Martedì	Pasta	50	70
	Pomodoro fresco	70	70
	Basilico	q.b.	q.b.
	Olio	5	5
	Parmigiano Reggiano	5	5
	Stracchino/mozzarella	40	60
	Olio	5	5
	Aromi	q.b.	q.b.
	Finocchi	150	150
	Olio	5	5
	Parmigiano, pangrattato	q.b.	q.b.
	Pane	40	50
	Frutta	150	150



M. Scipioni

Pasta e piselli
Prosciutto cotto s.p.
Carote in insalata
Pane
Frutta di stagione

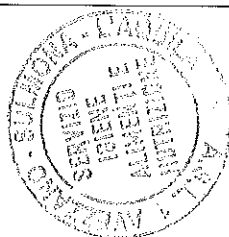


Mercoledì	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare
	Pasta	30	40
	Piselli	50	50
	Olio	5	5
	Odori	q.b.	q.b.
	Prosciutto cotto	40	45
	Carote	100	150
	Olio	5	5
	Pizza bianca	40	50
	Frutta di Stagione	150	150

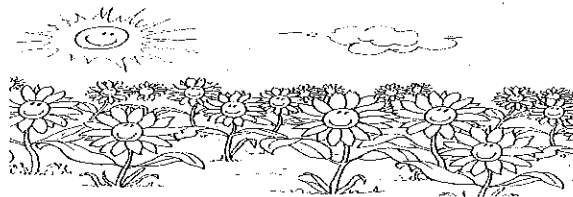
Pasta con tonno
Frittata
Purè di patate
Pane integrale
Frutta di stagione



Giovedì	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare
	Pasta	50	70
	Tonno	20	20
	Olio	5	5
	Odori	q.b.	q.b.
	Uovo	1 cad.	1
	Olio	q.b.	q.b.
	Patate	100	150
	Burro	5	5
	Latte	q.b.	q.b.
	Olio	5	5
	Pane integrale	40	50
	Frutta di Stagione	150	150



Risotto integrale pomodoro e mozzarella
Filetto di platessa al forno
Insalata mista
Pane



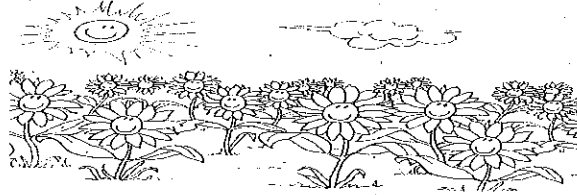
	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare
Venerdì	Riso integrale	50	60/70
	Pomodori pelati	70	70
	Mozzarella	10	20
	Olio	5	5
	Parmigiano Reggiano	5	5
	Odori	q.b.	q.b.
	Filetto di platessa	80	100
	Olio	5	5
	Farina, latte	q.b.	q.b.
	Insalata mista	80	100
	Olio	5	5
	Pane	40	50
	Frutta di stagione	150	150



M. Scipioni

2^a settimana

Pasta con ricotta
Fusi di pollo al forno
Patate al forno
Pane integrale
Frutta di stagione

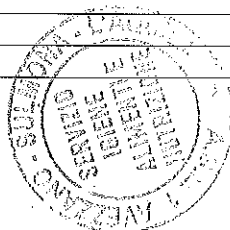


Lunedì	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare
	Pasta	50	70
	Ricotta	20	30
	Parmigiano	5	5
	Olio	5	5
	Fusi di pollo	100	120
	Aromi	q.b.	q.b.
	Olio	5	5
	Patate	100	150
	Olio	5	5
	Pane integrale	40	50
	Frutta di Stagione	150	150

Fettuccine al Pomodoro
Prosciutto cotto s.p.
Carote lesse
Pane
Frutta di stagione

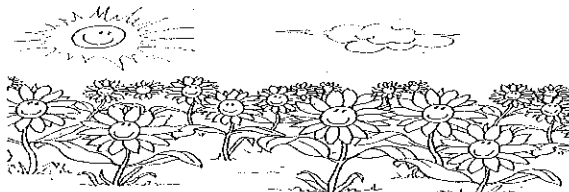


Martedì	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare
	Fettuccine	60	80
	Pomodori pelati	70	70
	Olio	5	5
	Parmigiano	5	5
	Aromi	q.b.	q.b.
	Prosciutto cotto s.p.	40	50
	Carote	60	80
	Olio	5	5
	Prezzemolo	q.b.	q.b.
	Pane	40	50
	Frutta di Stagione	150	150



Maddalena Scipioni

Pasta primavera
Stracchino/emmenthal
Zucchine verdi
Pane
Frutta di stagione



Mercoledì	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare
	Pasta	50	70
	Prosciutto cotto	20	20
	Pomodori pelati	70	70
	Odori	q.b.	q.b.
	Mozzarella	20	20
	Piselli	20	20
	Olio	5	5
	Stracchino/emmenthal	50	70
	Zucchine	100	150
	Olio	5	5
	Odori	q.b.	q.b.
	Pane	40	50
	Frutta di Stagione	150	150

Minestra in brodo vegetale
Frittata con mozzarella
Insalata verde
Pane
Macedonia di frutta



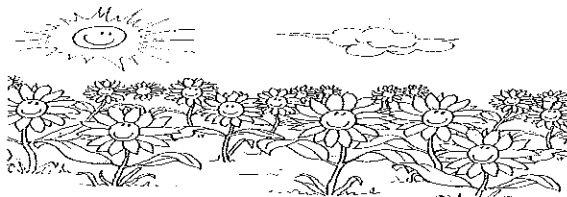
Giovedì	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare
	Pasta all'uovo	30	40
	Pomodori pelati	q.b.	q.b.
	Cipolle	10	10
	Zucchine	20	20
	Carote	20	20
	Sedano	15	15
	Patate	20	20
	Olio	5	5
	Parmigiano Reggiano	5	5
	Uovo per frittata	1	1
	Mozzarella per frittata	20	20
	Olio	5	5
	Insalata verde	80	100
	Olio	5	5
	Pane	40	50
	Macedonia di frutta	150	150



Maddalena Scipioni

REGIONE ABRUZZO
AZIENDA SANITARIA LOCALE 01 AVEZZANO SULMONA L'AQUILA
Via Avezzano 11/C L'Aquila
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE
Via Monte Velino 16-Avezzano
Direttore UOC SIAN Dr.ssa Maddalena Scipioni

Farfalline integrali al pomodoro
Merluzzo impanato al forno
Patate stick al forno
Pane
Frutta di stagione

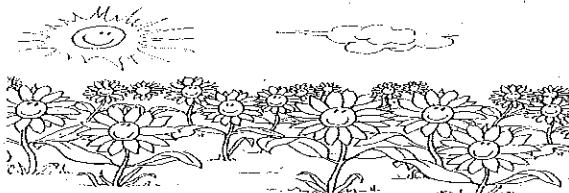


Venerdì	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare
	Farfalline integrali	50	70
	Pomodori pelati	70	70
	Odori	q.b.	q.b.
	Olio	5	5
	Merluzzo	70	100
	Pangrattato	q.b.	q.b.
	Olio	5	5
	Odori	q.b.	q.b.
	Patate	100	100
	Olio	q.b.	q.b.
	Pane	40	50
	Frutta di Stagione	150	150



3^a s e t t i m a n a

Riso con burro e parmigiano
Crocchette di pollo al forno
Lattuga in insalata
Pane
Frutta di stagione

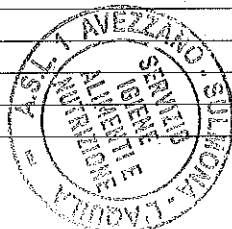


Lunedì	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare
	Riso	50	60/70
	Burro e parmigiano	q.b.	70
	Olio	5	5
	Crocchette	100	120
	Olio	q.b.	q.b.
	Lattuga	50	50
	Olio	5	5
	Pane	40	50
	Frutta di Stagione	150	150

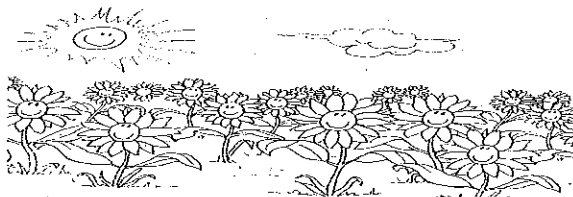
Pasta alla bolognese
Frittata di patate
Carote scottate
Pane integrale
Gelato alla frutta



Martedì	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare
	Pasta	50	70
	Pomodori pelati	70	70
	Macinato di vitello	30	30
	Olio	5	5
	Parmigiano	5	5
	Aromi	q.b.	q.b.
	Uovo	1 cad.	1
	Patate	50	50
	Olio	5	5
	Carote alla Julienne	100	150
	Olio	5	5
	Limone - aromi	q.b.	q.b.
	Pane integrale	40	50
	Gelato alla frutta	80	100



Pasta con olio
Fettina di vitella alla pizzaiola
Bietole lessati
Pane
Frutta di stagione

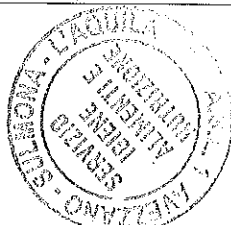


Mercoledì	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare
	Pasta	50	60
	Parmigiano Reggiano	5	5
	Olio	5	5
	Vitello	80	100
	Olio	5	5
	Pomodoro	50	50
	Aromi, parmigiano, pangrattato	q.b.	q.b.
	Bietole	100	100
	Olio	5	5
	Pane	40	50
	Frutta di Stagione	150	150

Pennette alla sorrentina
Bastoncini di merluzzo al forno
Piselli al burro
Pane
Frutta di stagione

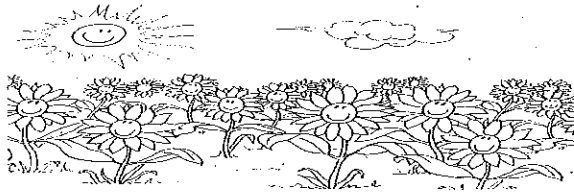


Giovedì	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare
	Pennette	50	70
	Mozzarella	20	20
	Pomodori pelati	70	70
	Odori	q.b.	q.b.
	Parmigiano	5	5
	Olio	5	5
	Bastoncini di Merluzzo	80	100
	Olio	q.b.	q.b.
	Piselli	100	150
	Burro	5	5
	Aromi	q.b.	q.b.
	Pane	40	50
	Frutta di Stagione	150	150



M. Scipioni

Pasta integrale con zucchine
Pizza margherita
Spinaci all'olio
Frutta di stagione



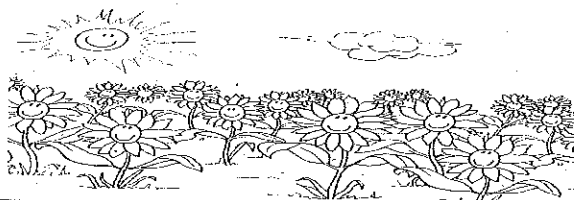
	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare
Venerdì	Pasta integrale	50	60/70
	Zucchine	50	60
	Olio	5	5
	Aromi	q.b.	q.b.
	Pizza margherita	100	150
	Spinaci	150	150
	Olio e.v.	5	5
	Frutta di Stagione	150	150



M. Scipioni

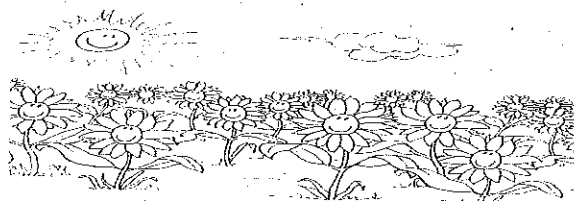
4^a S e t t i m a n a

Pasta e piselli
Arista di maiale al forno
Spinaci all'agro
Pane
Frutta di Stagione

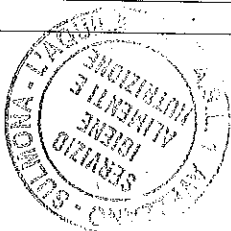


Lunedì	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare
	Pasta	50	70
	Piselli	20	30
	Odori, olio	q.b.	q.b.
	Maiale magro	100	120
	Olio	5	5
	Aromi	q.b.	q.b.
	Spinaci	100	150
	Olio	5	5
	Limone	q.b.	q.b.
	Pane	40	50
	Frutta di Stagione	150	150

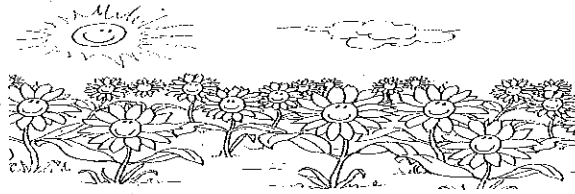
Pennette integrali pomodoro e basilico
Petto di tacchino ai ferri
Lattuga in insalata
Pane
Frutta di stagione



Martedì	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare
	Pasta integrale	50	70
	Pomodori pelati	70	70
	Olio	5	5
	Basilico	5	5
	Aglio	q.b.	q.b.
	Petto di tacchino	100	120
	Lattuga	80	100
	Olio	5	5
	Pane	40	50
	Frutta di Stagione	150	150

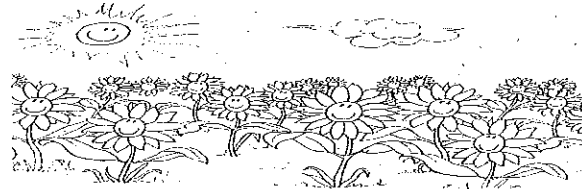


Pasta all'olio
Sogliole alla Mugnaia
Patate Stick al forno
Pane
Frutta di stagione

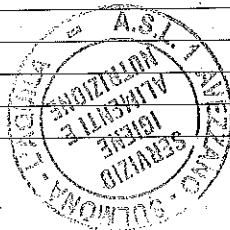


Mercoledì	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare
	Pasta	50	60/70
	Parmigiano	5	5
	Olio	5	5
	Sogliola	80	100
	Farina, limone e prezzemolo	q.b.	q.b.
	Olio	5	5
	Patate	100	150
	Olio	q.b.	q.b.
	Pane	40	50
	Frutta di Stagione	150	150

Passato di verdure con riso
Stracchino/mozzarella
Finocchi in insalata
Pane
Crostata alla frutta

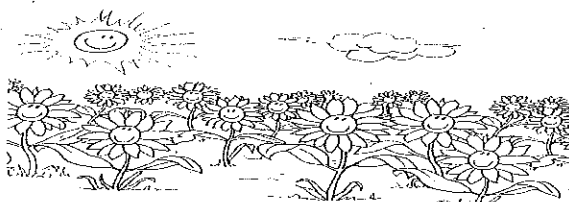


Giovedì	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare
	Riso	30	40
	Carote	15	15
	Zucchine	20	20
	Bieta	20	20
	Cavolo verza	20	20
	Sedano	10	10
	Patate	15	15
	Pomodori, odori	q.b.	q.b.
	Olio	5	5
	Parmigiano Reggiano		
	Stracchino/mozzarella	100	120
	Finocchi	100	100
	Olio	5	5
	Pane	40	50
	Crostata alla frutta	80	100



M. Scipioni

Spaghetti alle vongole
Frittata al forno con zucchine
Spinaci
Pane integrale
Frutta di stagione

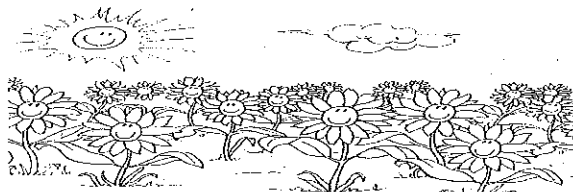


Venerdì	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare
	Pasta	50	70
	Olio	5	5
	Vongole surgelate	20	20
	Pomodoro	50	50
	Aglio e prezzemolo	q.b.	q.b.
	Uovo	1 cad.	1
	Olio	5	5
	Zucchine	q.b.	q.b.
	Spinaci	100	150
	Olio	10	10
	Pane integrale	40	50
	Frutta di Stagione	150	150



5^a settimana

Pasta al pomodoro
Prosciutto cotto
Finocchi al gratin
Pane
Frutta di Stagione



Lunedì	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare
	Pasta	50	70
	Pomodoro	70	70
	Olio	5	5
	Prosciutto cotto	40	60
	Finocchi	150	150
	Olio	10	10
	Pan grattato, Odori	q.b.	q.b.
	Pane	40	50
	Frutta di Stagione	150	150

Riso integrale con fagioli
Mozzarella/Stracchino
Spinaci all'olio
Pane
Frutta di Stagione



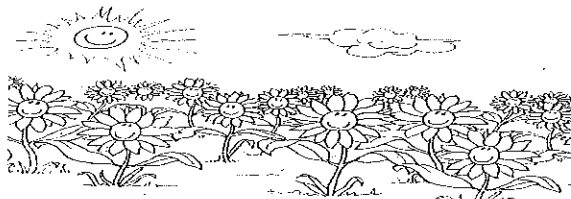
Martedì	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare
	Riso integrale	30	40
	Fagioli	20	30
	Pomodori, odori	q.b.	q.b.
	Olio	5	5
	Mozzarella/ Stracchino	60	60
	Spinaci	150	150
	Olio	10	10
	Pane	40	50
	Frutta di Stagione	150	150





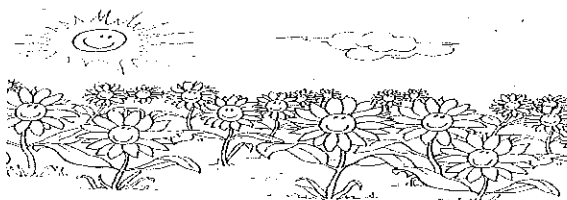
REGIONE ABRUZZO
 AZIENDA SANITARIA LOCALE 01 AVEZZANO SULMONA L'AQUILA
 Via Avezzano 11/C L'Aquila
 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
 SERVIZIO IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE
 Via Monte Velino 16-Avezzano
 Direttore UOC SIAN Dr.ssa Maddalena Scipioni

Pasta con pomodoro e basilico
 Polpettone al forno
 Insalata
 Pane
 Frutta di Stagione



Mercoledì	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare
	Pasta	50	70
	Pomodoro e Basilico	q.b.	q.b.
	Odori	q.b.	q.b.
	Olio	5	5
	Polpettone	80	90
	Uova ed odori	q.b.	q.b.
	Olio	5	5
	Insalata	80	80
	Olio	10	10
	Pane	40	50
	Frutta di Stagione	150	150

Pasta olio e parmigiano
 Bastoncini di merluzzo al forno
 Pomodori
 Pane integrale
 Frutta di Stagione

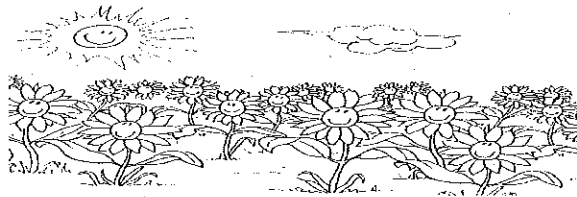


Giovedì	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare
	Pasta	50	70
	Olio	5	5
	Parmigiano	5	5
	Bastoncini di merluzzo	100	120
	Pomodori	80	80
	Olio	5	5
	Pane integrale	40	50
	Frutta di Stagione	150	150



M. Scipioni

Pastina in brodo vegetale
Frittata al forno con formaggio
Patate stick al forno
Pane
Frutta di Stagione



	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare
Venerdì	Pastina	30	40
	Pomodori pelati	q.b.	q.b.
	Cipolle	10	10
	Zucchine	20	30
	Carote	20	20
	Sedano	15	15
	Patate	20	20
	Olio	5	5
	Parmigiano Reggiano	5	5
	Uovo	1	1
	Mozzarella per frittata	20	20
	Olio	5	5
	Patate	100	100
	Olio	q.b.	q.b.
	Pane	40	50
	Frutta di stagione	150	150



