



Menù Invernale- Scuole Infanzia e Primaria del Comune di Guidonia Montecelio

<u>Lunedì</u>	Crema di lenticchie con pasta Caciotta Carote fritte Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Tagliata di Frittata con formaggio Piselli trifolati Pane Frutta di stagione	Pasta pomodoro e ricotta Bastoncini di merluzzo Fagiolini all'olio Pane Frutta di stagione	Pasta e ceci Fior di latte Carote julienne Pane Frutta di stagione	Crema di lenticchie con farro Ricottina Finocchi all'olio Pane Frutta di stagione	Pasta all'ortolana Bastoncini di merluzzo Bieta all'agro Pane Frutta di stagione
<u>Martedì</u>	Pasta al pomodoro Risotto con zucchini Spezzatino di pollo con Patate Pane Frutta di stagione	Minestra di verza con riso Lonza al forno oppure Polpettine di maiale Patate, piselli e carote Pane Frutta di stagione	Pasta olive e capperi Strisce di uovo con formaggio Bieta all'agro Pane Frutta di stagione	Pasta in salsa rosa Polpettone di tonno oppure Crocchette di pesce Fagiolini e carote Pane Frutta di stagione	Riso con zucchini Polpette di manzo Patate all'olio Pane Frutta di stagione	
<u>Mercoledì</u>	Pasta burro e parmigiano Polpette di ceci e pecorino Zucchini gratin Pane Frutta di stagione	Crema di fagioli con farro Ricottina Insalata mista (lattuga e carote) Pane Frutta di stagione	Minestrone con riso integrale Nuggets di pesce Patate prezzemolate Pane Frutta di stagione	Riso al pomodoro Prosciutto cotto Insalata verde Pane Frutta di stagione	Vellutata di piselli con pasta Crocchette ricotte e spinaci Carote all'olio Pane Frutta di stagione	
<u>Giovedì</u>	Pasta integrale alla mainara Polpette di bovino Spinaci fritti Pane Frutta di stagione	Gnocchetti con zucca Tacchino agli aromi Cicoria spadellata Pane Frutta di stagione	Parfalle alla pizzaiola Rolle di tacchino Spinaci al burro Pane Frutta di stagione	Polenta Pollo Spinaci Pane Frutta di stagione	Pasta al ragù Ermenthal Insalata mista Pane Frutta di stagione	
<u>Venerdì</u>	Potage di verdure con orzo Fiori di Merluzzo al pomodoro Patate Pane Frutta di stagione	Pasticcio di riso Bocconcini di pollo alle olive con Patate Pane Frutta di stagione	Riso alla parmigiana Polpette di bovino Cicoria al pomodoro Pane Frutta di stagione	Pizza margherita oppure Pasta al forno Zucchini all'olio Frutta di stagione	Crema di patate con pasta Uova strapazzate al pomodoro Spinaci al parmigiano Pane Frutta di stagione	

In alternativa alla frutta potrebbe essere servito Polpa di Frutta oppure succo di frutta.

I PASTI SONO PRODOTTI IN UNO STABILIMENTO CHE UTILIZZA CEREALI CONTENENTI GLUTENE, CRUSTACEI, UOVA, PESCE, ARACHIDE, SOIA, LATTE, FRUTTA A GUSCIO, SENAPE, SEMI DI SESAMO, ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI, MOLLUSCHI E TUTTI I LORO PRODOTTI DERIVATI, (allegato del Reg. UE 1169/2001) COME INGREDIENTI E/O COME TRACCE DERIVANTI DA CROSS CONTAMINATION SITO/PROCESSO. IN CASO DI NECESSITA', SI INVITANO GLI UTENTI A CONTATTARE IL REFERENTE AZIENDALE



COMUNE DI GUIDONIA MONTECELIO
GRAMMATURE DI RIFERIMENTO

CEREALI, DERIVATI E TUBERI	Infarinata	Primi piatti	Adolzi
Pasta a riso asciutti	g.60/70	g. 70/80	g.80/90
Pasta, riso, orzo, in brodo	g.30	g.30	g.40
Gnocchi di patate	g.180	g.200	g.220
Patate per contorno	g.100	g.150	g.200
Patate per purea	g.100	g.150	g.200
Patate per minestrone e passati	g.30	g.40	g.40
Pane	g.30	g.50	g.100
Pizza al pomodoro e mozzarella	g.130/160	g.160/200	g.200
LEGUMI			
Legumi secchi per primo piatto asciutto	g.20/30	g.20/30	g.30/40
Legumi secchi per minestrone	g.15	g.20	g.30
CARNE, PESCE E UOVA			
Carne bovina c di maiale	g.60/70	g.70/80	g.80/100
Carne avicola	g.60/70	g.70/80	g.90/100
Coscia di pollo (carne con osso)	g.90	g.130	g.150
Carne per polpette e ripieni	g.50/60	g.90	g.70/80
Carne per ragu	g.15	g.20	g.20
Pesce surgelato	g.70/80	g.80/90	g.100
Bastoncini di pesce	g.05	g.65	g.100
Uova	n°1	n°1	n°1/2-2
Uova per preparazioni	n°1x8	n°1x6	n°1x6
FORMAGGI			
Formaggi freschi (mozzarella, primo sale, crescenza, ecc.)	g.40	g.60	g.80
Formaggi fermentati e stagionati	g.40	g.60	g.80
Ricotta	g.50	g.80	100
Mozzarella per pizza	g.40/50	g.60/70	g.60/70
AFFETTATI			
Salami affettati	g.60	g.70	g.80
Prosciutto per preparazioni	g.70	g.10	g.15
VERDURE E FRUTTA			
Ortaggi a foglia crudi (insalata)	g.30/40	g.40/50	g.60/70
Ortaggi crudi (pomodori, carote)	g.100	g.120	150
Ortaggi a foglia cotti	g.130	g.150	g.180
Verdure gelo cotte	g.130	g.150	g.180
Misto verdura fresca/gelo per minestrone	g.50	g.70	g.70
Verdure per primi asciutti	g.30	g.40	g.50
Verdure per sfornati/polpette	g.30	g.40	g.40
Frutta fresca	g.130	g.150	g.150
CONDIMENTI			
Olio (per pietanza)	g3/4	g3/4	g.4/5
Farmaglio grattugiato per pietanza	g.4	g.7	g.7
LATTE E DERIVATI			
Yogurt intero/bianco/ con frutta	g.125	g.125	g.125
Budino	g.80/100	g.100	g.100
DOLCI, DESSERT, MERENDE			
Prodotti da forno	g.40	g.40	g.40

MU
PRE
FMI
US
S

A 5
VENZIONE
e Nutrizione
CIO
00719