

## Azienda U.S. L. n 7- Ragusa

UNITA' OPERATIVA MEDICINA SCOLASTICA

### Tabella dietetica per Scuola Primaria PRIMA SETTIMANA

<b>Lunedì</b>		
Pasta al pomodoro	Pasta	Gr.70
	Pelati	Gr.100
	Olio extravergine di oliva	Gr.10
	Sale, cipolla ,aglio	q.b.
	Parmigiano grattugiato	Gr. 10
Polpette di manzo in salsa di pomodoro	Carne di manzo tritata fresca	Gr. 80
	Parmigiano grattugiato	Gr. 10
	Sale	q.b.
Patate al forno	Patate fresche	Gr.100
	Olio extravergine di oliva	Gr.10
	Sale	q. b
Pane		Gr.50
Budino preparato fresco	Latte parz. scremato	Gr.100
	Amido	Gr.30
	Zucchero	Gr.30
	Cacao in polvere	q.b.

<b>Martedì</b>		
Pasta e lenticchie	Pasta	Gr. 70
	Lenticchie	Gr. 60
	Carote	Gr.10
	Cipolle	q.b.
	Olio extravergine di oliva	Gr.8
	Sale	q.b.
Petto di pollo impanato al forno	Petto di pollo fresco	Gr.80
	Pane grattugiato	Gr. 20
	Olio extravergine di oliva	Gr.6
	Sale e prezzemolo	q.b.
Insalata di fagiolini	Fagiolini freschi o surgelati	Gr.100
	Sale	q.b.
	Olio extravergine di oliva	Gr. 6
Pane		Gr.50
Frutta fresca		Gr.180

<b>Mercoledì</b>		
Tortellini di carne al pomodoro	Tortellini freschi	Gr. 80
	Salsa do pomodoro	Gr.100
	Olio extravergine di oliva	Gr. 10
	Parmigiano grattugiato	Gr.7
	Sale	q.b.
Mozzarella		Gr. 70
Pane		Gr. 50
Insalata verde di stagione		Gr. 150
Frutta fresca		Gr.180
o macedonia di frutta fresca (escl,fragole,kiwi)		Gr.150

<b>Giovedì</b>		
Minestrone con verdure fresche passate	Pasta	Gr.60
	Carote	Gr.10
	Cipolla	Gr.5
	Patate	Gr 10
	Sedano	Gr.7
	Pomodoro	Gr.40
	Zucchine	Gr.20
	Spinaci	Gr.20
	Piselli	Gr.20
	Misto di legumi	Gr.20
	Olio extravergine di oliva	Gr.10
	Sale	q. b.
Bastoncini di pesce surgelati al forno		Gr.100
	Olio extravergine di oliva	Gr. 10
	Sale	q.b.
Patate al forno	Patate fresche	Gr.100
Pane		Gr.50
Frutta fresca		Gr.180

<b>Venerdì</b>		
Pasta al pomodoro	Pasta	Gr.70
	Pelati	Gr.100
	Olio extravergine di oliva	Gr.10
	Sale, cipolla o aglio	q. b.
	Parmigiano grattugiato	Gr. 5
Petto di pollo impanato al forno	Petto di pollo fresco	Gr.80
	Pane grattugiato	Gr.20
	Olio extravergine di oliva	Gr.5
	Sale e prezzemolo	q. b.
Purea di patate	Patate fresche	Gr.100
	Olio extravergine di oliva	Gr. 5
	Parmigiano grattugiato	q.b.
	Sale	q. b.
Pane		Gr.50
Frutta fresca		Gr.180

## Azienda U.S. L. n 7- Ragusa

UNITA' OPERATIVA MEDICINA SCOLASTICA

### Tabella dietetica per Scuola Primaria

#### SECONDA SETTIMANA

<b>Lunedì</b>		
Pasta con pomodoro	Pasta	Gr.70
	Pelati	Gr.100
	Olio extravergine di oliva	Gr.10
	Sale	q. b.
	Parmigiano grattugiato	Gr.10
Petto di pollo impanato al forno	Petto di pollo	Gr.80
	Pane grattugiato	Gr. 20
Spinaci saltati al burro con parmigiano	Spinaci freschi o surgelati	Gr.100
	Burro	Gr. 5
	Sale	q. b.
	Parmigiano grattugiato	Gr. 7
Pane		Gr.50
Budino preparato fresco	Latte parz. scemato	Gr. 100
	Amido	Gr. 30
	Zucchero	Gr. 30
	Cacao in polvere	q.b.

<b>Martedì</b>		
Minestrone con verdure fresche passate	Pasta	Gr.60
	Carote	Gr.10
	Cipolla	Gr.5
	Patate	Gr.10
	Sedano	Gr.7
	Pomodoro	Gr.40
	Zucchina	Gr.20
	Spinaci	Gr.20
	Piselli	Gr.20
	Misto di legumi	Gr.20
	Olio extravergine di oliva	Gr.10
Bastoncini di pesce surgelati al forno		Gr. 100
Purea di patate	Patate fresche	Gr. 100
	Olio extravergine di oliva	Gr.10
	Sale	q.b.
Pane		Gr.50
Frutta fresca		Gr.180

<b>Mercoledì</b>		
Pasta al pomodoro		Gr. 70
	Salsa di pomodoro	Gr.100
	Sale	q.b.
	Olio extravergine di oliva	Gr. 10
	Parmigiano grattugiato	Gr.7
Bresaola		Gr. 60
Mozzarella		Gr. 70
Fagiolini in umido		Gr. 100
	Olio extravergine di oliva	Gr.10
	Sale q.b.	
Pane		Gr. 50
Frutta fresca o macedonia di frutta fresca(escl. fragole, kiwi)		Gr. 180

<b>Giovedì</b>		
Pasta e lenticchie	Pasta	Gr.70
	Lenticchie	Gr.60
	Carote	Gr.10
	Cipolla	q.b.
	Olio extravergine di oliva	Gr.8
	Sale	q.b.
Petto di pollo impanato al forno	Petto di pollo fresco	Gr.80
	Pane grattugiato	Gr. 20
	Olio extravergine di oliva	Gr. 5
	Sale e prezzemolo	q.b.
Patate al forno	Patate fresche	Gr.100
	Olio extravergine di oliva	Gr.5
	Sale	q.b.
Pane		Gr.50
Frutta fresca		Gr.180

<b>Venerdì</b>		
Tortellini di carne al pomodoro	Tortellini freschi	Gr.80
	Salsa di pomodoro	Gr.100
	Olio extravergine di oliva	Gr.10
	Parmigiano grattugiato	Gr. 7
Mozzarella		Gr. 70
Insalata mista		Gr.100
	Olio extravergine di oliva	Gr.10
	Sale	q.b.
Pane		Gr.50
Frutta fresca		Gr.180

