



MENU' MENSILE PRIMARIA ESTIVO ISTITUTO SALESIANO DON BOSCO

istituto
don
bosco

PRIMA SETTIMANA

LUNEDI'					MARTEDI'					MERCOLEDI'					GIOVEDI'					VENERDI'																				
PIATTI					PIATTI					PIATTI					PIATTI					PIATTI																				
	kcal	PR	GR	CAR		kcal	PR	GR	CAR		kcal	PR	GR	CAR		kcal	PR	GR	CAR		kcal	PR	GR	CAR																
Primo	PIPPE POMODORO E RICOTTA ^(1,3,6,7,9,10)				461	14	11	83	PASTA AL POMODORO ^(1,3,6,7,9,10)				466	12	11	84	PASTA AL RAGU' ^(1,3,6,7,9,10)				421	17	4	76	RISO ALLA GRECA ^(3,7,9)				289	9	9	47	FUSILLI AL TONNO ^(1,4,6,9,10)				395	21	2	79
Secondo	PEPITE DI POLLO ^(1,3,6,7,10)				250	70	20	5	FORMAGGIO ASIAGO ⁽⁷⁾				356	31	26	2	STRACCETTI IN PIASTRA				82	15	2	0	POLPETTE ^(1,3,6,7,9,10)				209	18	14	3	BASTONCINI DI PESCE* ^(1,2,3,4,6,10,14)				282	12	10	39
Contorno	INSALATA DI STAGIONE				13	1	0	2	SPINACI ALL'OLIO*				170	4	15	5	PISELLI ALLA FRANCESE* ⁽⁷⁾				155	8	6	20	FAGIOLINI ALL'OLIO*				117	3	10	5	BIETA AL VAPORE*				61	3	3	6
Frutta	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				57	1	0	14	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				57	1	0	14	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				57	1	0	14	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				57	1	0	14	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				57	1	0	14

SECONDA SETTIMANA

LUNEDI'					MARTEDI'					MERCOLEDI'					GIOVEDI'					VENERDI'																				
PIATTI					PIATTI					PIATTI					PIATTI					PIATTI																				
	kcal	PR	GR	CAR		kcal	PR	GR	CAR		kcal	PR	GR	CAR		kcal	PR	GR	CAR		kcal	PR	GR	CAR		kcal	PR	GR	CAR		kcal	PR	GR	CAR						
Primo	CREMA DI PISELLI ^(3,6,7)				136	6	5	18	PASTA AL PESTO ^(1,3,6,7,8,10)				498	14	16	80	PASTA AL POMODORO ^(1,3,6,9,10)				466	12	11	84	PASTA AL RAGU' ^(1,3,6,7,9,10)				421	17	4	76	PIZZA MARGHERITA ^(1,6,7,9,10)				504	16	25	57
Secondo	SCALOPPINE DELLO CHEF ^(1,3,6,7,10)				237	49	30	21	MOZZARELLA ⁽⁷⁾				254	18	20	1	FESA AGLI AROMI				223	51	31	18	FRITTATA ^(3,7)				240	17	19	2	PROSCIUTTO COTTO				94	16	12	0
Contorno	INSALATA DI STAGIONE				13	1	0	2	INSALATA DI STAGIONE				13	1	0	2	PATATE AL FORNO				189	4	7	30	CAROTE ALL'OLIO				175	2	14	12	INSALATA DI STAGIONE				13	1	0	2
Frutta	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				57	1	0	14	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				57	1	0	14	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				57	1	0	14	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				57	1	0	14	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				57	1	0	14

TERZA SETTIMANA

LUNEDI'					MARTEDI'					MERCOLEDI'					GIOVEDI'					VENERDI'																				
PIATTI					PIATTI					PIATTI					PIATTI					PIATTI																				
	kcal	PR	GR	CAR		kcal	PR	GR	CAR		kcal	PR	GR	CAR		kcal	PR	GR	CAR		kcal	PR	GR	CAR		kcal	PR	GR	CAR		kcal	PR	GR	CAR						
Primo	RISO ALLA GRECA ^(3,7,9)				289	9	9	47	PASTA AL POMODORO ^(1,3,6,9,10)				466	12	11	84	PASTA ALL'OLIO DI OLIVA ^(1,3,6,9,10)				450	11	11	74	PASTA AL RAGU' ^(1,3,6,7,9,10)				421	17	4	76	PASTA AI FORMAGGI ^(1,3,6,7,10)				498	20	13	81
Secondo	INSALATA DI POLLO				116	16	6	0	PROSCIUTTO COTTO				94	16	12	0	FUSELLI DI POLLO AL FORNO				258	67	31	2	FORMAGGIO ASIAGO ⁽⁷⁾				356	31	26	2	BASTONCINI DI PESCE* ^(1,2,3,4,6,10,14)				282	12	10	39
Contorno	CAPPUCCIO VERDE				12	1	0	2	INSALATA DI POMODORI				107	1	10	3	FAGIOLINI ALL'OLIO*				117	3	10	5	CAROTE ALL'OLIO				175	2	14	12	PATATE LESSE				196	3	11	22
Frutta	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				57	1	0	14	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				57	1	0	14	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				57	1	0	14	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				57	1	0	14	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				57	1	0	14

QUARTA SETTIMANA

LUNEDI'					MARTEDI'					MERCOLEDI'					GIOVEDI'					VENERDI'																				
PIATTI					PIATTI					PIATTI					PIATTI					PIATTI																				
	kcal	PR	GR	CAR		kcal	PR	GR	CAR		kcal	PR	GR	CAR		kcal	PR	GR	CAR		kcal	PR	GR	CAR		kcal	PR	GR	CAR		kcal	PR	GR	CAR						
Primo	PASTA AL POMODORO ^(1,3,6,9,10)				466	12	11	84	PASTA AL BASILICO ^(1,6,9,10)				362	12	1	74	PASTA ALL'OLIO DI OLIVA ^(1,3,6,9,10)				450	11	11	74	PASTA PASTICCIAIA ^(1,3,6,7,9,10)				415	16	10	64	PIZZA MARGHERITA ^(1,6,7,9,10)				504	16	25	57
Secondo	UOVA SODE ⁽³⁾				336	13	31	1	PETTO DI POLLO AI FERRI				169	30	6	0	SCALOPPINE AL LIMONE ^(1,6,10)				237	21	13	9	TONNO AL NATURALE ⁽⁴⁾				82	20	0	0	PROSCIUTTO COTTO				94	16	12	0
Contorno	SPINACI ALL'OLIO *				170	4	15	5	PISELLI ALLA FRANCESE* ⁽⁷⁾				155	8	6	20	PATATE AL FORNO				189	4	7	30	CAROTE VICHY				193	2	14	15	INSALATA DI STAGIONE				13	1	0	2
Frutta	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				57	1	0	14	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				57	1	0	14	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				57	1	0	14	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				57	1	0	14	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				57	1	0	14

* potrebbe contenere prodotto gelo

Allergeni: 1 = cereali contenenti glutine e derivati; 2 = Crostacei e derivati; 3 = Uova e derivati; 4 = Pesce e derivati; 5 = Arachidi e derivati; 6 = Soia e derivati; 7 = Latte e derivati; 8 = Frutta a guscio e derivati; 9 = Sedano e derivati; 10 = Senape e derivati; 11 = Semi di sesamo e derivati; 12 = Solfiti > 10mg/l/kg; 13 = Lupini e derivati; 14 = Molluschi e derivati

CODICE COLORE ROTAZIONE PROTEINE:
CARNE BIANCA/ROSSA
PESCE
FORMAGGIO
UOVA
AFFETTATI MAGRI
LEGUMI