

Menù estivo materna Santa Maria Bertilla 2019/20

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1° settimana	Pasta al pomodoro Frittata alle verdure Carote julienne	Riso alle zucchine Petto di pollo al rosmarino e pomodorini Cetrioli	Pasta al pesto Pomodoro e mozzarella	Crema di zucchine Prosciutto cotto di Prima qualità Patate al vapore Carote julienne	Fusilli olio e parmigiano Merluzzo pomodorini e basilico Insalata mista
2° settimana	Crema di carote con pastina Mozzarella Zucchine	Mezze penne alle verdure Frittata pomodori e mentuccia Lattuga e pomodori	Macedonia di verdure Pizza margherita Pomodori	Pasta al pesto rosa Fettina di manzo alla piastra Melanzane al funghetto	Riso freddo olio e grana Merluzzo panato Fagiolini
3° settimana	Pasta al pomodoro Frittata alle cipolle Insalata	Pasta pomodori e melanzane Fagioli freddi al sedano Insalatina	Pasta gratinata alle verdure Petti di pollo Cappucci Torta Margherita	Crema di zucchine con pastina Casatella Pomodori gratinati	Cous cous alle verdure Filetti di halibut panati Cetrioli e pomodori
4° settimana	Minestrone di verdure estive con pastina Crema di ceci Carote julienne	Pasta al ragù di carne Cappuccio 1 pallina di gelato	Risotto alle zucchine Latteria / Montasio /Asiago insalata	Crema di lenticchie con pastina/crostini Macedonia di verdure cotte Insalata/cappuccio	Orzo e farro freddi olio e parmigiano Halibut Patate al forno con rosmarino Pomodori
5° settimana	Pasta semi-integrale al farro pomodori Montasio Zucchine insalata	Fusilli olio e parmigiano Polpette di manzo, maiale e polpa di melanzana Pomodori	Minestra di ceci con pastina Frittata alle zucchine Insalata mista	Pasta pomodori crudi e basilico Spezzatino di pollo Carote julienne	Risotto al profumo di curcuma Filetto di salmone al limone Insalata mista

Pane (40/50 grammi) e frutta fresca (100 grammi) ogni giorno. Merende: mattina frutta di stagione, pomeriggio a rotazione: yogurt, pane e marmellata, frutta cruda/cotta, dolce fatto a scuola, panini bianchi/kamut/zucca/gocce di cioccolato/uvetta.

Calcolo bromatologico

Settimane	Kcal	Proteine in %	Lipidi in %	Glicidi %	Proteine in g	Lipidi in g	Glicidi in g
Prima	592,99	14,12	30,47	55,30	20,94	20,08	87,45
Seconda	600,18	14,60	32,56	53,28	21,91	21,71	85,27
Terza	586,67	14,99	31,47	53,45	21,99	20,51	83,61
Quarta	564,27	14,99	30,48	54,37	21,15	19,11	81,82
Quinta	580,86	14,66	30,48	54,71	21,29	19,67	84,74

Le informazioni circa la presenza di sostanze o di prodotti che provocano allergie o intolleranze sono disponibili rivolgendosi alla Direttrice

