

Menù estivo 12-36 mesi 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	Ditalini alle verdure di stagione Frittata pomodori e mentuccia Lattuga	Macedonia di verdure Pasta al ragù di pollo Pomodori	Pasta al pesto rosa Fettine 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	Riso alle zucchine Latteria / Montasio /Asiago insalata	Crema di lenticchie con pastina/crostini Macedonia di verdure cotte Insalata/cappuccio	Orzo e farro freddi olio e grana Halibut al vapore Patate al forno con rosmarino Pomodori
5° settimana	Pasta semi-integrale al farro pomodori Montasio Zucchine insalata	Ditalini olio e parmigiano Polpette di manzo, maiale e polpa di melanzana al forno pomodori	Minestra di ceci con pastina Frittata alle zucchine Insalata mista	Pasta ai pomodori crudi e basilico Spezzatino di pollo Carote julienne	Risotto al profumo di curcuma Filetto di salmone al forno con fettina di limone Insalata mista

Pane (20 grammi) e frutta fresca (80/100 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	479,28	13,44	35,62	50,89	16,10	18,97	65,04
Seconda	467,28	14,42	35,35	50,16	16,88	18,38	62,60
Terza	488,67	14,02	35,95	49,97	17,13	19,52	65,11
Quarta	452,21	13,16	36,10	50,62	14,88	18,14	61,04
Quinta	468,31	13,68	36,48	49,81	16,01	18,98	62,20

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

