PRIMAVERA ESTATE 2020-2021 - SCUOLA PRIMARIA (FORNITORE DUSSMANN)

SET.	LUNEDI'	CHO	MARTEDI'	CHO	MERCOLEDI'	CHO	GIOVEDI'	CHO	VENERDI'	CHO
	Pasta alla crema di zucchine (60 gr a crudo pasta + 15 gr zucchine+8gr farina bianca)	50,20	Pasta alla napoletana	45,20	Pasta all'olio	43,20	Pasta alla ligure	43,20	Risotto al pomodoro	56,00
	Formaggio	NR	Affettato di tacchino	NR	Arrosto di manzo	NR	Frittata	NR	Polpette di pesce (pesce + 15 gr patate)	2,68
1	Pomodori in insalata	2,00	Insalata mista	NR	Carote brasate	7,60	Fagiolini all'olio	2,64	Zucchine trifolate	1,40
	Frutta fresca	*	Frutta fresca	*	Budino (100 gr. 21,8CHO)	21,80	Frutta fresca	*	Frutta fresca	*
					(80 gr -17,44)					
	Pizza margherita (110 gr)	58,00	Risotto alla milanese (70 gr a crudo)	56,00	Pasta all'olio	43,20	Pasta al pomodoro	43,20	Panzerotti di magro agli aromi (90 gr a crudo)	27,00
2	Formaggio ½ porzione	NR	Pollo al forno	NR	Frittata di verdure (erbette o zucchine o patate - cho inseriti corrispondono a 25gr	4,46	Pesce al forno	NR	Mozzarella e pomodori conditi con olo evo	NR
	Insalata mista	NR	Carote all'olio	7,60	Zucchine trifolate	NR	Verdura di stagione	NR	e origano	
	Frutta fresca	*	Budino	21,80	Frutta fresca	*	Frutta fresca	*	Frutta fresca	*
	Pasta al pesto (60 gr a crudo)	43,20	Risotto con crema di legumi # (70gr di riso 5cho fagioli+2cho piselli+4,68cho ceci)	67,68	Pasta al ragù vegetale (43,20cho per 60 gr pasta + 3 di pomodori pelati + 3,4 carote	49,60	Insalata di riso vegetariana (riso con verdure e 35gr piselli)	60,48	Pasta al sugo di pomodoro e melanzane	43,20
3	Uovo sodo	NR	Lonzino olio e limone	NR	Hamburger di manzo con verdure	NR	Pollo al forno	NR	Insalata di merluzzo con patate e olive (merluzzo con 140 gr patate)	25,00
	Insalata verde	NR	Insalata di pomodori	2,00	Carote brasate (70 gr)	5,00	Zucchine al forno	1,40	Verdue di stagione	NR
	Frutta fresca	*	Frutta fresca	*	Frutta fresca	*	Banana	18,00	Frutta fresca	15,00
4	Pasta al pomodoro e basilico (60 gr a crudo)	43,20	Risotto alla parmigiana	56,00	Pasta al ragù	43,20	Pasta al pomodoro	43,20	Risotto con verdure (70 gr.)	56,00
	Mozzarella e pomodori conditi con olio evo e origano	NR	Prosciutto cotto ½ porzione	NR	Sforrmato di verdure	NQ	Arrosto di tacchino	NR	Merluzzo alla milanese	NR
			Insalata verde	NR	Verdura di stagione	NR	Frutta fresca	*	Zucchine trifolate	1,40
	Frutta fresca	*	Frutta fresca	*	Banana	18,00	Fagiolini all'olio	2,64	Yogurt alla frutta	15,00

Legenda
#= valore approssimativo
NR= Non rilevante
* frutta fresca= NQ non quantificabile
banana (120 gr) = 18 CHO