

# Scuole Comune di Salerno

## INFANZIA

|                               | LUNEDI  | MARTEDI                     | MERCOLEDI   | GIOVEDI                                     | VENERDI   |
|-------------------------------|---|-----------------------------|---|---|---|
| IV SETTIMANA                  | <b>Ravioli ricotta e spinaci burro e salvia</b> | <b>Pizza margherita</b>     | <b>Pasta integrale al pomodoro e basilico</b>           | <b>Passato di verdure e legumi con riso</b> | <b>Pasta alla norma</b>                                 |
|                               | <i>Peso netto</i>                               | <i>Peso netto</i>           | <i>Peso netto</i>                                       | <i>Peso netto</i>                           | <i>Peso netto</i>                                       |
|                               | <b>Ingredienti</b>                              | <b>Ingredienti</b>          | <b>Ingredienti</b>                                      | <b>Ingredienti</b>                          | <b>Ingredienti</b>                                      |
|                               | Ravioli ricotta e spinaci                       | Base pizza                  | Pasta di semola, integrale cruda                        | Riso parboiled crudo                        | Pasta di semola cruda                                   |
|                               | 70g   | 150g                        | 60g   | 30g   | 60g   |
|                               | Parmigiano                                      | Mozzarella di vacca         | Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale] | Patate crude                                | Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale] |
|                               | 5g  | 15g                         | 30g   | 30g   | 30g   |
|                               | Burro   |                             | Parmigiano  | Cavolfiore crudo                            | Melanzane crude   |
|                               | 2g  |                             | 5g  | 30g   | 20g   |
|                               | Salvia  |                             | Sedano crudo  | Spinaci, surgelati                          | Parmigiano  |
| 1g                            |   | Olio di oliva extra vergine | Sedano crudo  | 5g  |   |
| Sale iodato                   |   | Carote crude                | Carote crude  | Carote crude                                |   |
| 0,2g                          |   | Cipolle crude               | Parmigiano  | 3g  |   |
|                               |   | Basilico                    | Fagioli -Cannellini secchi crudi                        | Cipolle crude                               |   |
|                               |   | Sale iodato                 | Cipolle crude   | Sedano crudo                                |   |
|                               |   |                             | Olio di oliva extra vergine                             | 3g  |   |
|                               |   |                             | Sale iodato   | Olio di oliva extra vergine                 |   |
|                               |   |                             | 4g  | 4g  |   |
|                               |   |                             | 0,2g  | Sale iodato                                 |   |
|                               |   |                             |   | 0,2g  |   |
|                               |   | <b>Prosciutto cotto</b>     | <b>Bocconcini di tacchino al limone</b>                 | <b>Filetto di pesce gratinato</b>           |   |
| <b>Frittata con patate</b>    |   |                             |   |   |   |
| <i>Peso netto</i>             | <i>Peso netto</i>                               | <i>Peso netto</i>           | <i>Peso netto</i>                                       | <i>Peso netto</i>                           |   |
| <b>Ingredienti</b>            | <b>Ingredienti</b>                              | <b>Ingredienti</b>          | <b>Ingredienti</b>                                      | <b>Ingredienti</b>                          |   |
| Uova di gallina, pastorizzato | Prosciutto cotto                                | Tacchino, fesa cruda        |   | Merluzzo o nasello, surgelato               |   |
| 60g                           | 20g   | 40g                         |   | 60g   |   |



|                             |      |                             |                   |                             |                   |                             |                   |                             |                   |
|-----------------------------|------|-----------------------------|-------------------|-----------------------------|-------------------|-----------------------------|-------------------|-----------------------------|-------------------|
| Patate crude                | 40g  |                             |                   | Olio di oliva extra vergine | 4g                |                             |                   | Pangrattato                 | 5g                |
| Latte di vacca UHT, intero  | 6g   |                             |                   | Limoni, succo               | 3g                |                             |                   | Olio di oliva extra vergine | 4g                |
| Olio di oliva extra vergine | 4g   |                             |                   | Sale iodato                 | 0,2g              |                             |                   | Sale iodato                 | 0,2g              |
| Sale iodato                 | 0,2g |                             |                   |                             |                   |                             |                   | Limoni succo                | 3g                |
|                             |      | <b>Insalata mista</b>       |                   | <b>Zucchine gratinate</b>   |                   | <b>Insalata di pomodori</b> |                   | <b>Fagiolini all'olio</b>   |                   |
|                             |      | <i>Ingredienti</i>          | <i>Peso netto</i> | <i>Ingredienti</i>          | <i>Peso netto</i> | <i>Ingredienti</i>          | <i>Peso netto</i> | <i>Ingredienti</i>          | <i>Peso netto</i> |
|                             |      | Carote crude                | 15g               | Zucchine crude              | 80g               | Pomodori da insalata        | 60g               | Fagiolini surgelati         | 80g               |
|                             |      | Lattuga                     | 15g               | Olio di oliva extra vergine | 4g                | Olio di oliva extra vergine | 4g                | Olio di oliva extra vergine | 4g                |
|                             |      | Olio di oliva extra vergine | 4g                | Sale iodato                 | 0,2g              | Sale iodato                 | 0,2g              | Sale iodato                 | 0,2g              |
|                             |      | Sale iodato                 | 0,2g              | Pangrattato                 | 4g                |                             |                   |                             |                   |
|                             |      | <b>Pane</b>                 |                   | <b>Pane</b>                 |                   | <b>Pane integrale</b>       |                   | <b>Pane</b>                 |                   |
|                             |      | <i>Ingredienti</i>          | <i>Peso netto</i> | <i>Ingredienti</i>          | <i>Peso netto</i> | <i>Ingredienti</i>          | <i>Peso netto</i> | <i>Ingredienti</i>          | <i>Peso netto</i> |
|                             |      | Pane                        | 40g               | Pane                        | 40g               | Pane integrale              | 50g               | Pane                        | 40g               |
|                             |      | <b>Frutta di stagione</b>   |                   | <b>Frutta di stagione</b>   |                   | <b>Frutta di stagione</b>   |                   | <b>Polpa di frutta</b>      |                   |
|                             |      | <i>Ingredienti</i>          | <i>Peso netto</i> | <i>Ingredienti</i>          | <i>Peso netto</i> | <i>Ingredienti</i>          | <i>Peso netto</i> | <i>Ingredienti</i>          | <i>Peso netto</i> |

|                      | Frutta di stagione 100g | Frutta di stagione 100g    | Frutta di stagione 100g   | Frutta di stagione 100g   | Polpa di frutta 100g       |              |
|----------------------|-------------------------|----------------------------|---------------------------|---------------------------|----------------------------|--------------|
|                      |                         |                            |                           |                           |                            | <b>MEDIA</b> |
| <b>Kcal</b>          | 544                     | <b>Kcal</b> 662            | <b>Kcal</b> 582           | <b>Kcal</b> 569           | <b>Kcal</b> 621            | 596          |
| <b>Proteine %</b>    | 15,5                    | <b>Proteine %</b> 12       | <b>Proteine %</b> 18,9    | <b>Proteine %</b> 16      | <b>Proteine %</b> 16,5     | 15,7         |
| <b>Carboidrati %</b> | 52,6                    | <b>Carboidrati %</b> 61,3  | <b>Carboidrati %</b> 56   | <b>Carboidrati %</b> 55,6 | <b>Carboidrati %</b> 60    | 57,3         |
| <b>Lipidi %</b>      | 32                      | <b>Lipidi %</b> 26,6       | <b>Lipidi %</b> 25        | <b>Lipidi %</b> 28,4      | <b>Lipidi %</b> 23,6       | 27           |
| <b>Proteine g</b>    | 21,1                    | <b>Proteine g</b> 19,93    | <b>Proteine g</b> 27,63   | <b>Proteine g</b> 22,9    | <b>Proteine g</b> 25,6     | 23,44        |
| <b>Carboidrati g</b> | 71,7                    | <b>Carboidrati g</b> 101,7 | <b>Carboidrati g</b> 81,8 | <b>Carboidrati g</b> 79,5 | <b>Carboidrati g</b> 93,12 | 85,6         |
| <b>Lipidi g</b>      | 19,3                    | <b>Lipidi g</b> 19,63      | <b>Lipidi g</b> 16,3      | <b>Lipidi g</b> 18        | <b>Lipidi g</b> 16,34      | 17,91        |

SERVIZIO DIETETICO AZIENDALE  
 Data Emissione Luglio '24  
 Firma SDA Jessica Papone  
 Iscrizione albo n° 170

