

**Scuole Comune di Salerno**  
**INFANZIA**  
autunno/inverno



	LUNEDI		MARTEDI		MERCOLEDI		GIOVEDI		VENERDI	
	<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>	<i>Ingredienti</i>	<i>Peso netto</i>
<b>I SETTIMANA</b>	Pasta e piselli		Gnocchi al pomodoro		Risotto con zucca		Pasta al ragù di carne		Pasta e fagioli	
	Piselli surgelati	70g	Gnocchi di patate	120g	Riso parboiled crudo	60g	Pasta di semola cruda	60g	Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale]	30g
	Pasta di semola cruda	40g	Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale]	35g	Zucca gialla	35g	Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale]	35g	Pasta di semola cruda	30g
	Olio di oliva extra vergine	5g	Olio di oliva extra vergine	4g	Patate crude	10g	Vitellone 12-24 mesi - tagli anteriori	15g	Fagioli -Borlotti secchi crudi	20g
	Cipolle crude	3g	Carote crude	3g	Olio di oliva extra vergine	5g	Olio di oliva extra vergine	5g	Olio di oliva extra vergine	5g
	Sale iodato	0,2g	Cipolle crude	3g	Cipolle crude	3g	Carote crude	3g	Carote crude	3g
			Parmigiano	3g	Parmigiano	3g	Cipolle crude	3g	Cipolle crude	3g
		Sale iodato	0,2g	Sale iodato	0,2g	Sale iodato	0,2g	Sale iodato	0,2g	

<b>Frittata con patate</b>		<b>Filetto di pesce gratinato</b>		<b>Bocconcini di tacchino al limone</b>		<b>Prosciutto cotto</b>		<b>Parmigiano</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>	<i>Ingredienti</i>	<i>Peso netto</i>
Uova di gallina, intero	50g	Limanda, surgelata	70g	Tacchino, fesa cruda	50g	Prosciutto cotto	30g	Parmigiano	25g
Patate crude	40g	Pangrattato	6g	Olio di oliva extra vergine	6g				
Olio di oliva extra vergine	4g	Olio di oliva extra vergine	6g	Limoni, succo	4g				
Latte di vacca UHT, intero	6g	Sale iodato	0,3g	Sale iodato	0,2g				
Sale iodato	0,2g								
		<b>Broccoli all'olio</b>		<b>Spinaci all'olio</b>		<b>Insalata di finocchi julienne</b>		<b>Carote julienne</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>
		Cavolo broccolo verde ramoso crudo	80g	Spinaci, surgelati	80g	Finocchi crudi	60g	Carote crude	60g
		Olio di oliva extra vergine	5g	Olio di oliva extra vergine	6g	Olio di oliva extra vergine	4g	Olio di oliva extra vergine	5g
		Sale iodato	0,2g	Sale iodato	0,2g	Sale iodato	0,2g	Sale iodato	0,2g

<b>Pane integrale</b>		<b>Pane</b>		<b>Pane</b>		<b>Pane</b>		<b>Pane</b>		
<b>Ingredienti</b>	<b>Peso netto</b>	<b>Ingredienti</b>	<b>Peso netto</b>	<b>Ingredienti</b>	<b>Peso netto</b>	<b>Ingredienti</b>	<b>Peso netto</b>	<b>Ingredienti</b>	<b>Peso netto</b>	
Pane integrale	50g	Pane	40g	Pane	40g	Pane	40g	Pane	40g	
<b>Polpa di frutta</b>		<b>Frutta di stagione</b>		<b>Frutta di stagione</b>		<b>Frutta di stagione</b>		<b>Frutta di stagione</b>		
<b>Ingredienti</b>	<b>Peso netto</b>	<b>Ingredienti</b>	<b>Peso netto</b>	<b>Ingredienti</b>	<b>Peso netto</b>	<b>Ingredienti</b>	<b>Peso netto</b>	<b>Ingredienti</b>	<b>Peso netto</b>	
Polpa di frutta	100g	Frutta di stagione	150g	Frutta di stagione	150g	Frutta di stagione	150g	Frutta di stagione	150g	
										<b>MEDIA</b>
<b>Kcal</b>	511	<b>Kcal</b>	598	<b>Kcal</b>	642	<b>Kcal</b>	598	<b>Kcal</b>	569	584
<b>Proteine %</b>	15	<b>Proteine %</b>	16,8	<b>Proteine %</b>	16,8	<b>Proteine %</b>	14,1	<b>Proteine %</b>	14,7	15
<b>Carboidrati %</b>	58,3	<b>Carboidrati %</b>	55,8	<b>Carboidrati %</b>	55,8	<b>Carboidrati %</b>	60	<b>Carboidrati %</b>	56	58
<b>Lipidi %</b>	26,7	<b>Lipidi %</b>	27,4	<b>Lipidi %</b>	27,4	<b>Lipidi %</b>	25,9	<b>Lipidi %</b>	29,2	27
<b>Proteine g</b>	19,28	<b>Proteine g</b>	25,17	<b>Proteine g</b>	25,17	<b>Proteine g</b>	21,1	<b>Proteine g</b>	21,1	22,31
<b>Carboidrati g</b>	74,7	<b>Carboidrati g</b>	83,7	<b>Carboidrati g</b>	83,7	<b>Carboidrati g</b>	90,8	<b>Carboidrati g</b>	80,2	85,38
<b>Lipidi g</b>	15,21	<b>Lipidi g</b>	18,29	<b>Lipidi g</b>	18,29	<b>Lipidi g</b>	16,9	<b>Lipidi g</b>	18,58	17,68

Data emissione: 24/10/2024

Dott.ssa Valentina Palladino

Biologa Nutrizionista

Albo dei Biologi iscr. n. AA\_077551