

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



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<b>IV SETTIMANA</b>	<b>Pasta con cavolfiore</b>	<b>Ravioli al pomodoro e basilico</b>	<b>Passato di verdure di stagione con riso</b>	<b>Pasta al pomodoro</b>	<b>Pasta e lenticchie</b>
	<i>Peso netto</i>	<i>Peso netto</i>	<i>Peso netto</i>	<i>Peso netto</i>	<i>Peso netto</i>
	<i>Ingredienti</i>	<i>Ingredienti</i>	<i>Ingredienti</i>	<i>Ingredienti</i>	<i>Ingredienti</i>
	Pasta di semola cruda 60g	Ravioli ricotta e spinaci 100g	Riso parboiled crudo 50g	Pasta di semola cruda 60g	Pasta di semola cruda 30g
	Cavolfiore crudo 40g	Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale] 60g	Patate crude 30g	Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale] 30g	Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale] 30g
	Olio di oliva extra vergine 5g	Carote crude 4g	Spinaci, surgelati 30g	Olio di oliva extra vergine 6g	Lenticchie secche crude 20g
	Cipolle crude 3g	Cipolle crude 2g	Cavolfiore crudo 30g	Carote crude 3g	Olio di oliva extra vergine 5g
	Parmigiano 3g	Olio di oliva extra vergine 4g	Carote crude 5g	Cipolle crude 3g	Carote crude 3g
	Sale iodato 0.2 g	Sale iodato 0,2 g	Olio di oliva extra vergine 5g	Parmigiano 3g	Cipolle crude 3g
		Parmigiano 3g	Cipolle crude 3g	Sale iodato 0,2g	Sale iodato 0.2 g
	Basilico 0,05g	Parmigiano 3g			
		Sale iodato 0,2g			

<b>Spezzatino di pollo</b>		<b>Frittata con patate</b>		<b>Polpette di bovino al sugo</b>		<b>Burger di pesce</b>		<b>Ricotta</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>
Pollo, fuso senza pelle crudo	50g	Uova di gallina, intero	50g	Vitellone 12-24 mesi - tagli posteriori	50g	Limanda, surgelata	50g	Ricotta di vacca	50g
Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale]	30g	Patate crude	30g	Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale]	30g	Patate crude	20g		
Olio di oliva extra vergine	5g	Olio di oliva extra vergine	4g	Olio di oliva extra vergine	5g	Pangrattato	8g		
Carote curde	3g	Latte di vacca UHT, intero	4g	Sale iodato	0,4g	Uova di gallina, pastorizzato	5g		
Cipolle crude	3g	Sale iodato	0,2g	Carote crude	3g	Olio di oliva extra vergine	5g		
Sale iodato	0,3g			Cipolle crude	3g	Sale iodato	0,2g		
<b>Spinaci all'olio</b>				<b>Piselli al vapore</b>		<b>Bieta all'olio</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>
Spinaci, surgelati	80g			Piselli al vapore	60g	Bieta surgelata	80g	Carote crude	60g
Olio di oliva extra vergine	5g			Olio di oliva extra vergine	5g	Olio di oliva extra vergine	3g	Olio di oliva extra vergine	5g
Sale iodato	0,2g			Cipolle crude	3g	Sale iodato	0,2g	Sale iodato	0,2g
				Sale iodato	0,3g				

	Pane		Pane		Pane		Pane integrale		Pane		
	<i>Peso netto</i>	<i>Peso netto</i>	<i>Peso netto</i>	<i>Peso netto</i>	<i>Peso netto</i>	<i>Peso netto</i>	<i>Peso netto</i>	<i>Peso netto</i>	<i>Peso netto</i>	<i>Peso netto</i>	
<i>Ingredienti</i>	<i>Ingredienti</i>	<i>Ingredienti</i>	<i>Ingredienti</i>	<i>Ingredienti</i>	<i>Ingredienti</i>	<i>Ingredienti</i>	<i>Ingredienti</i>	<i>Ingredienti</i>	<i>Ingredienti</i>	<i>Ingredienti</i>	
Pane	40g	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>		<b>Frutta di stagione</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>	<i>Ingredienti</i>	
Frutta di stagione	150g	Frutta di stagione	150g	Frutta di stagione	150g	Polpa di frutta	100g	Frutta di stagione	150g		
											<b>MEDIA</b>
<b>Kcal</b>	645	<b>Kcal</b>	675	<b>Kcal</b>	650	<b>Kcal</b>	632	<b>Kcal</b>	549		630
<b>Proteine %</b>	15,5	<b>Proteine %</b>	14,7	<b>Proteine %</b>	15,7	<b>Proteine %</b>	15,3	<b>Proteine %</b>	12,8		14,9
<b>Carboidrati %</b>	57,8	<b>Carboidrati %</b>	53,1	<b>Carboidrati %</b>	58,3	<b>Carboidrati %</b>	59,1	<b>Carboidrati %</b>	59,9		57,5
<b>Lipidi %</b>	26,7	<b>Lipidi %</b>	32,2	<b>Lipidi %</b>	26	<b>Lipidi %</b>	25,6	<b>Lipidi %</b>	27,4		27,6
<b>Proteine g</b>	25,1	<b>Proteine g</b>	24,88	<b>Proteine g</b>	29,9	<b>Proteine g</b>	24,31	<b>Proteine g</b>	17,62		23,58
<b>Carboidrati g</b>	93,52	<b>Carboidrati g</b>	89,89	<b>Carboidrati g</b>	94,7	<b>Carboidrati g</b>	93,7	<b>Carboidrati g</b>	82,6		90,9
<b>Lipidi g</b>	19,22	<b>Lipidi g</b>	24,2	<b>Lipidi g</b>	18,85	<b>Lipidi g</b>	18,02	<b>Lipidi g</b>	18,8		19,42

Data emissione:  
24/10/2024  
Dott.ssa  
Valentina  
Palladino

Biologa  
Nutrizionista  
Albo dei Biologi  
iscr. n.  
AA\_077551