

Scuole Comune di Salerno
PRIMARIA
primavera/estate



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
V SETTIMANA	PASTA CON CREMA DI ZUCCHINE	PASTA AL PESTO	RISOTTO AL POMODORO	GATEAU DI PATATE	PASTA E CECI
	<i>Ingredienti</i>	<i>Ingredienti</i>	<i>Ingredienti</i>	<i>Ingredienti</i>	<i>Ingredienti</i>
	<i>Peso netto</i>	<i>Peso netto</i>	<i>Peso netto</i>	<i>Peso netto</i>	<i>Peso netto</i>
	Pasta di semola cruda	Pasta di semola cruda	Riso brillato crudo	Patate crude	Pasta di semola cruda
	70	70	70	200	40
	Zucchine crude	Pesto confezionato	Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale]	Pangrattato	Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale]
	40	20	45	15	35
	Olio di oliva extra vergine	Sale iodato	Olio di oliva extra vergine	Prosciutto cotto	Ceci secchi crudi
	6	0,3	5	6	20
	Parmigiano		Carote crude	Parmigiano	Cipolle crude
5		4	5	4	
Cipolle crude		Cipolle crude	Olio di oliva extra vergine	Olio di oliva extra vergine	
4		4	5	5	
Sale iodato		Parmigiano	Latte di vacca UHT, intero	Carote crude	
0,3		5	5	4	
		Sale iodato	Sale iodato	Sale iodato	
		0,3	0,3	0,3	

BURGER DI PESCE		SPEZZATINO DI VITELLO E PATATE		FRITTATA		BOCCONCINI DI TACCHINO IN UMIDO		FIORDILATTE	
<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>
Limanda, surgelata	60	Patate crude	80	Uova di gallina, intero	60	Tacchino, fesa cruda	60	Fior di latte	60
Patate crude	20	Vitellone 12-24 mesi - tagli posteriori	60	Olio di oliva extra vergine	5	Olio di oliva extra vergine	7		
Pangrattato	8	Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale]	35	Latte di vacca UHT, intero	5	Cipolle crude	3		
Olio di oliva extra vergine	6	Olio di oliva extra vergine	10	Sale iodato	0,4	Sale iodato	0,3		
Uova di gallina, pastorizzato	4	Cipolle crude	3						
Sale iodato	0,3	Sale iodato	0,3						
CAROTE AL TEGAME				ZUCCHINE AL FORNO		ORTOLANA GRATINATA		INSALATA DI POMODORI	
<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	120			Zucchine crude	120	Carote crude	60	Pomodori da insalata	80
Olio di oliva extra vergine	7			Olio di oliva extra vergine	6	Zucchine crude	60	Olio di oliva extra vergine	6
Cipolle crude	5			Cipolle crude	6	Pangrattato	7	Sale iodato	0,4
Prezzemolo	1			Sale iodato	0,4	Olio di oliva extra vergine	6		

	Sale iodato	0,3				Sale iodato	0,4				
	PANE		PANE		PANE		PANE		PANE		
	<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>	
	Pane di tipo 0	50	Pane di tipo 0	50	Pane di tipo 0	50	Pane integrale		Pane di tipo 0	50	
							<i>Ingredienti</i>				
							Pane di tipo integrale	60			
	FRUTTA DI STAGIONE	<i>Peso netto</i>	FRUTTA DI STAGIONE	<i>Peso netto</i>	FRUTTA DI STAGIONE	<i>Peso netto</i>	FRUTTA DI STAGIONE	<i>Peso netto</i>	POLPA DI FRUTTA	<i>Peso netto</i>	
		150		150		150		150		100	
											MEDIA
	Kcal	814	Kcal	784	Kcal	731	Kcal	752	Kcal	685	754
	Proteine %	14,3	Proteine %	14,4	Proteine %	12	Proteine %	16,3	Proteine %	16,2	14,6
	Carboidrati %	59,6	Carboidrati %	59,9	Carboidrati %	58,1	Carboidrati %	54,2	Carboidrati %	51,2	56,8
	Lipidi %	26,1	Lipidi %	25,5	Lipidi %	29,9	Lipidi %	29,5	Lipidi %	32,6	28,6
	Proteine g	29,3	Proteine g	28,4	Proteine g	21,9	Proteine g	30,8	Proteine g	27,8	27,6
	Carboidrati g	121,7	Carboidrati g	118	Carboidrati g	106,7	Carboidrati g	102,4	Carboidrati g	87,9	107,4
	Lipidi g	23,7	Lipidi g	22,2	Lipidi g	24,4	Lipidi g	24,8	Lipidi g	24,9	24

Data emissione ed autorizzazione ASL: 21/03/2025