

**Scuole Comune di Salerno**  
**PRIMAVERA**  
**primavera/estate**

|                     | LUNEDI  | MARTEDI                       | MERCOLEDI   | GIOVEDI                 | VENERDI   |
|---------------------|---|-------------------------------|---|-------------------------|---|
| <b>IV SETTIMANA</b> | <b>PASTA ALLA NORMA</b>                                 | <b>RISO OLIO E PARMIGIANO</b> | <b>PASTA AL POMODORO E BASILICO</b>                     | <b>PIZZA MARGHERITA</b> | <b>PASTA CON CANNELLINI</b>                             |
|                     | <i>Ingredienti</i>                                      | <i>Ingredienti</i>            | <i>Ingredienti</i>                                      | <i>Ingredienti</i>      | <i>Ingredienti</i>                                      |
|                     | <i>Peso netto (g)</i>                                   | <i>Peso netto (g)</i>         | <i>Peso netto (g)</i>                                   | <i>Peso netto (g)</i>   | <i>Peso netto (g)</i>                                   |
|                     | Pasta di semola cruda                                   | Riso brillato crudo           | Pasta di semola cruda                                   | Base pizza              | Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale] |
|                     | 40  | 50                            | 40  | 100                     | 30  |
|                     | Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale] | Olio di oliva extra vergine   | Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale] | Mozzarella di vacca     | Pasta di semola cruda                                   |
|                     | 25  | 4                             | 25  | 10                      | 30  |
|                     | Melanzane crude   | Parmigiano                    | Olio di oliva extra vergine                             |                         | Fagioli - Cannellini secchi crudi                       |
|                     | 15  | 3                             | 4   |                         | 10  |
|                     | Parmigiano  | Sale iodato                   | Parmigiano  |                         | Olio di oliva extra vergine                             |
| 5                   | 0,2   | 3                             |   | 4                       |   |
| Cipolle crude       |   | Carote crude                  |   | Cipolle crude           |   |
| 3                   |   | 3                             |   | 3                       |   |
| Carote crude        |   | Cipolle crude                 |   | Carote crude            |   |
| 3                   |   | 3                             |   | 3                       |   |



|                             |     |                                      |     |                             |     |                         |    |                             |     |
|-----------------------------|-----|--------------------------------------|-----|-----------------------------|-----|-------------------------|----|-----------------------------|-----|
| Olio di oliva extra vergine | 3   |                                      |     | Basilico                    | 1   |                         |    | Sale iodato                 | 0,2 |
| Sale iodato                 | 0,2 |                                      |     | Sale iodato                 | 0,2 |                         |    |                             |     |
| <b>FRITTATA DI PATATE</b>   |     | <b>STRACCETTI DI POLLO GRATINATO</b> |     | <b>COTOLETTA DI PESCE</b>   |     | <b>PROSCIUTTO COTTO</b> |    | <b>CACIOTTA</b>             |     |
| <i>Peso netto</i>           |     | <i>Peso netto</i>                    |     | <i>Peso netto</i>           |     | <i>Peso netto</i>       |    | <i>Peso netto</i>           |     |
| <b>Ingredienti (g)</b>      |     | <b>Ingredienti (g)</b>               |     | <b>Ingredienti (g)</b>      |     | <b>Ingredienti (g)</b>  |    | <b>Ingredienti (g)</b>      |     |
| Uova di gallina, intero     | 30  | Pollo, fuso senza pelle crudo        | 40  | Limanda, surgelata          | 40  | Prosciutto cotto        | 25 | CACIOTTA                    | 30  |
| Patate crude                | 10  | Pangrattato                          | 5   | Pangrattato                 | 9   |                         |    |                             |     |
| Olio di oliva extra vergine | 5   | Olio di oliva extra vergine          | 4   | Olio di oliva extra vergine | 4   |                         |    |                             |     |
| Latte di vacca UHT, intero  | 3   | Sale iodato                          | 0,2 | Uova di gallina, intero     | 3   |                         |    |                             |     |
| Sale iodato                 | 0,2 |                                      |     | Sale iodato                 | 0,2 |                         |    |                             |     |
|                             |     | <b>ZUCCHINE TRIFOLATE</b>            |     | <b>CAROTE AL TEGAME</b>     |     | <b>INSALATA VERDE</b>   |    | <b>INSALATA DI POMODORI</b> |     |
|                             |     | <i>Peso netto</i>                    |     | <i>Peso netto</i>           |     | <i>Peso netto</i>       |    | <i>Peso netto</i>           |     |
|                             |     | <b>Ingredienti (g)</b>               |     | <b>Ingredienti (g)</b>      |     | <b>Ingredienti (g)</b>  |    | <b>Ingredienti (g)</b>      |     |

|  |                               |                                |      |                                   |      |                                |      |                                   |      |                          |      |      |
|--|-------------------------------|--------------------------------|------|-----------------------------------|------|--------------------------------|------|-----------------------------------|------|--------------------------|------|------|
|  |                               | Zucchine<br>crude              | 60   | Carote crude                      | 60   | Lattuga                        | 40   | Pomodori<br>da insalata           | 40   |                          |      |      |
|  |                               | Cipolle crude                  | 4    | Cipolle<br>crude                  | 4    | Olio di oliva<br>extra vergine | 4    | Olio di oliva<br>extra<br>vergine | 4    |                          |      |      |
|  |                               | Olio di oliva<br>extra vergine | 4    | Olio di oliva<br>extra<br>vergine | 4    | Sale iodato                    | 0,2  | Sale iodato                       | 0,2  |                          |      |      |
|  |                               | Prezzemolo                     | 1    | Prezzemolo                        | 1    |                                |      |                                   |      |                          |      |      |
|  |                               | Sale iodato                    | 0,2  | Sale iodato                       | 0,2  |                                |      |                                   |      |                          |      |      |
|  | <b>PANE</b>                   | <b>PANE</b>                    |      | <b>PANE<br/>INTEGRALE</b>         |      | <b>PANE</b>                    |      | <b>PANE</b>                       |      |                          |      |      |
|  | <i>Ingredienti</i>            | <i>Ingredienti</i>             |      | <i>Ingredienti</i>                |      | <i>Ingredienti</i>             |      | <i>Ingredienti</i>                |      |                          |      |      |
|  | <i>Peso<br/>netto<br/>(g)</i> | <i>Peso<br/>netto<br/>(g)</i>  |      | <i>Peso<br/>netto<br/>(g)</i>     |      | <i>Peso<br/>netto<br/>(g)</i>  |      | <i>Peso<br/>netto<br/>(g)</i>     |      |                          |      |      |
|  | Pane di tipo<br>0             | Pane di tipo 0                 | 20   | Pane<br>integrale                 | 30   | Pane di tipo 0                 | 20   | Pane di tipo<br>0                 | 20   |                          |      |      |
|  | <b>FRUTTA DI<br/>STAGIONE</b> | <b>FRUTTA DI<br/>STAGIONE</b>  |      | <b>FRUTTA DI<br/>STAGIONE</b>     |      | <b>POLPA DI<br/>FRUTTA</b>     |      | <b>FRUTTA DI<br/>STAGIONE</b>     |      |                          |      |      |
|  | <i>Peso<br/>netto<br/>(g)</i> | <i>Peso<br/>netto<br/>(g)</i>  |      | <i>Peso<br/>netto<br/>(g)</i>     |      | <i>Peso<br/>netto<br/>(g)</i>  |      | <i>Peso<br/>netto<br/>(g)</i>     |      |                          |      |      |
|  | 150                           | 150                            |      | 150                               |      | 100                            |      | 150                               |      |                          |      |      |
|  |                               |                                |      |                                   |      |                                |      |                                   |      | <b>MEDIA</b>             |      |      |
|  | <b>Kcal</b>                   | <b>Kcal</b>                    | 420  | <b>Kcal</b>                       | 485  | <b>Kcal</b>                    | 507  | <b>Kcal</b>                       | 466  | <b>Kcal</b>              | 414  | 458  |
|  | <b>Proteine %</b>             | <b>Proteine %</b>              | 12,5 | <b>Proteine %</b>                 | 12,9 | <b>Proteine %</b>              | 14,6 | <b>Proteine %</b>                 | 14,1 | <b>Proteine %</b>        | 12,8 | 13,2 |
|  | <b>Carboidrati<br/>%</b>      | <b>Carboidrati %</b>           | 59,2 | <b>Carboidrati %</b>              | 59,4 | <b>Carboidrati %</b>           | 58,5 | <b>Carboidrati %</b>              | 55,9 | <b>Carboidrati<br/>%</b> | 56,4 | 57,9 |

|                      |       |                      |       |                      |       |                      |       |                      |       |       |
|----------------------|-------|----------------------|-------|----------------------|-------|----------------------|-------|----------------------|-------|-------|
| <b>Lipidi %</b>      | 28,3  | <b>Lipidi %</b>      | 27,7  | <b>Lipidi %</b>      | 26,9  | <b>Lipidi %</b>      | 30    | <b>Lipidi %</b>      | 30,8  | 28,8  |
| <b>Proteine g</b>    | 13,17 | <b>Proteine g</b>    | 15,71 | <b>Proteine g</b>    | 18,6  | <b>Proteine g</b>    | 15,5  | <b>Proteine g</b>    | 13,13 | 15,24 |
| <b>Carboidrati g</b> | 62,34 | <b>Carboidrati g</b> | 72,4  | <b>Carboidrati g</b> | 74,5  | <b>Carboidrati g</b> | 65,5  | <b>Carboidrati g</b> | 58,5  | 66,6  |
| <b>Lipidi g</b>      | 13,26 | <b>Lipidi g</b>      | 14,9  | <b>Lipidi g</b>      | 15,24 | <b>Lipidi g</b>      | 16,09 | <b>Lipidi g</b>      | 14,2  | 14,7  |

Data emissione ed autorizzazione ASL: 21/03/2025