

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



II SETTIMANA	MARTEDI		GIOVEDI	
	<b>PIZZA MARGHERITA</b>  <i>Ingredienti</i>  Base pizza  Mozzarella di vacca	<i>Peso netto (g)</i>  180  15	<b>PASTA E CECI</b>  <i>Ingredienti</i>  Pasta di semola cruda Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale]  Ceci secchi crudi  Cipolle crude  Olio di oliva extra vergine  Carote crude  Sale iodato	<i>Peso netto (g)</i>  50  40  30  5  6  5  0,4
<b>PROSCIUTTO COTTO</b>  <i>Ingredienti</i>	<i>Peso netto (g)</i>	<b>CACIOTTA</b>  <i>Ingredienti</i>	<i>Peso netto (g)</i>	

Prosciutto cotto

50

Caciottina vaccina

50

**INSALATA VERDE**

***Ingredienti***

Lattuga

Olio di oliva extra vergine

Sale iodato

**PANE INTEGRALE**

***Ingredienti***

Pane di tipo integrale

***Peso  
netto  
(g)***

80

6

40

***Peso  
netto  
(g)***

70g

**INSALATA DI POMODORI**

***Ingredienti***

Pomodori da insalata

Olio di oliva extra vergine

Sale iodato

**PANE**

***Ingredienti***

Pane di tipo 0

***Peso netto (g)***

100

8

0,4

***Peso netto (g)***

60

	<b>POLPA DI FRUTTA</b>	<b>Peso netto (g)</b>	<b>FRUTTA DI STAGIONE</b>	<b>Peso netto (g)</b>	
		150		150	
					<b>MEDIA</b>
	<b>Kcal</b>	866	<b>Kcal</b>	820	843
	<b>Proteine %</b>	14	<b>Proteine %</b>	14,5	14,2
	<b>Carboidrati %</b>	56,3	<b>Carboidrati %</b>	54,7	55,5
	<b>Lipidi %</b>	29,7	<b>Lipidi %</b>	30,8	30
	<b>Proteine g</b>	30,42	<b>Proteine g</b>	29,8	30,7
	<b>Carboidrati g</b>	122,3	<b>Carboidrati g</b>	112,4	117,4
	<b>Lipidi g</b>	28,6	<b>Lipidi g</b>	28,2	28,4

Data emissione ed autorizzazione ASL: 21/03/2025