

Scuole Comune di Salerno
SECONDARIA
autunno/inverno

| | MARTEDI | | GIOVEDI | |
|----------------------|--------------------------------|----------------------|--|----------------------|
| | <i>Ingredienti</i> | <i>Peso netto(g)</i> | <i>Ingredienti</i> | <i>Peso netto(g)</i> |
| III SETTIMANA | Pasta e patate | | Pasta con cannellini | |
| | Pasta di semola cruda | 80 | Pasta di semola cruda | 50 |
| | Patate crude | 60 | Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale] | 45 |
| | Olio di oliva extra vergine | 8 | Fagioli -Cannellini secchi crudi | 25 |
| | Parmigiano | 5 | Olio di oliva extra vergine | 8 |
| | Sale iodato | 0,4 | Carote crude | 5 |
| | | | Cipolle crude | 5 |
| | | Sale iodato | 0,4 | |



Frittata**Ingredienti****Peso netto(g)**

| | |
|--------------------------------|-----|
| Uova di gallina, intero | 60 |
| Olio di oliva extra vergine | 6 |
| Latte di vacca UHT, intero | 6 |
| Sale iodato | 0,5 |

Spinaci***Ingredienti****Peso netto(g)**

| | |
|--------------------------------|-----|
| Spinaci, surgelati | 150 |
| Olio di oliva extra vergine | 8 |
| Sale iodato | 0,4 |

Caciotta**Ingredienti**

| | |
|--------------------|----|
| Caciottina vaccina | 50 |
|--------------------|----|

Peso**netto(g)****Carote julienne****Ingredienti**

| | |
|-----------------------------|-----|
| Sale iodato | 0,4 |
| Carote crude | 120 |
| Olio di oliva extra vergine | 8 |
| Sale iodato | 0,4 |

Peso**netto(g)**

| Pane | | Pane | | |
|------------------------|----------------------|---------------------------|----------------------|--------------|
| <i>Ingredienti</i> | <i>Peso netto(g)</i> | | <i>Peso netto(g)</i> | |
| Pane di tipo 0 | 60 | Pane di tipo 0 | 60 | |
| Polpa di frutta | | Frutta di stagione | | |
| <i>Ingredienti</i> | | <i>Ingredienti</i> | <i>Peso netto</i> | |
| Polpa di frutta | 100g | Frutta di stagione | 150g | |
| | | | | MEDIA |
| Kcal | 870 | Kcal | 845 | 857 |
| Proteine % | 14,2 | Proteine % | 14,7 | 14,45 |
| Carboidrati % | 54,5 | Carboidrati % | 54,7 | 54,6 |
| Lipidi % | 31,3 | Lipidi % | 30,5 | 30,9 |
| Proteine g | 30,9 | Proteine g | 19,95 | 25,425 |
| Carboidrati g | 118,4 | Carboidrati g | 120 | 119,2 |
| Lipidi g | 30,3 | Lipidi g | 30,5 | 30,4 |

Data emissione ed autorizzazione ASL: 28/10/2025