

Scuole Comune di Salerno
PRIMARIA
 primavera/estate

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
V SETTIMANA	Pasta al pesto	Riso al pomodoro	Gateau di patate	Pasta e lenticchie	Pasta al pomodoro e basilico
	<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 parboiled crudo	Patate crude	Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale]	Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale]
	70	70	200	45	60
	Pesto confezionato	Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale]	Pangrattato	Pasta di semola cruda	Pasta di semola cruda
	15	45	20	55	70
	Sale iodato	Olio di oliva extra vergine	Olio di oliva extra vergine	Lenticchie secche crude	Olio di oliva extra vergine
	0,3	7	7	25	7
		Cipolle crude	Prosciutto cotto	Olio di oliva extra vergine	Cipolle crude
	4	6	7	4	
	Carote crude	Latte di vacca UHT, intero	Sedano crudo	Parmigiano	
	4	7	3	5	
	Parmigiano	Uova di gallina, intero	Cipolle crude	Basilico	
	4	5	4	1	
	Sale iodato	Parmigiano	Carote crude	Sale iodato	
	0,3	5	4	0,3	
		Sale iodato	Sale iodato		
		0,3	0,3		



Frittata		Arrosto di tacchino al forno		Fiordilatte		Polpette al sugo		Tortino di pesce in crosta di patate		
Ingredienti	Peso netto(g)	Ingredienti	Peso netto(g)	Ingredienti	Peso netto(g)	Ingredienti	Peso netto(g)	Ingredienti	Peso netto(g)	
Uova di gallina, intero	60	Tacchino, fesa cruda	60	Mozzarella di vacca	60	Vitellone 12-24 mesi - tagli posteriori	60	Patate crude	60	
Latte di vacca UHT, intero	5	Olio di oliva extra vergine	7			Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale]	60	Limanda, surgelata	60	
Olio di oliva extra vergine	4	Cipolle crude	3			Olio di oliva extra vergine	8	Pangrattato	12	
Sale iodato	0,4	Sale iodato	0,4			Cipolle crude	3	Olio di oliva extra vergine	10	
						Carote crude	3	Uova di gallina, pastorizzato	5	
						Sale iodato	0,5	Sale iodato	0,4	
Spianci al parmigiano		Piselli		Insalata di pomodori		Carote gratinate			Timo	0,3
Ingredienti	Peso netto(g)	Ingredienti	Peso netto(g)	Ingredienti	Peso netto(g)	Ingredienti	Peso netto(g)			
Spinaci, surgelati	120	Piselli surgelati	100	Pomodori da insalata	80	Carote crude	120			
Burro	6	Olio di oliva extra vergine	7	Olio di oliva extra vergine	6	Olio di oliva extra vergine	6			
Parmigiano	4	Cipolle crude	3	Sale iodato	0,4	Pangrattato	6			

Sale iodato	0,3	Sale iodato	0,4	Sale iodato	0,3			
Pane		Pane		Pane		Pane integrale	Pane	
Ingredienti	Peso netto(g)	Ingredienti	Peso netto(g)	Ingredienti	Peso netto(g)	Ingredienti	Peso netto(g)	
Pane	50	Pane	50	Pane	50	Pane integrale	50	
Frutta di stagione		Frutta di stagione		Frutta di stagione		Polpa di frutta	Frutta di stagione	
Ingredienti	Peso netto(g)	Ingredienti	Peso netto(g)	Ingredienti	Peso netto(g)	Ingredienti	Peso netto(g)	
Frutta di stagione	150	Frutta di stagione	150	Frutta di stagione	150	Polpa di frutta	150	
							MEDIA	
Kcal	734	Kcal	789	Kcal	711	Kcal	794	771
Proteine %	15	Proteine %	16,3	Proteine %	14,2	Proteine %	14,7	15
Carboidrati %	54,8	Carboidrati %	56,2	Carboidrati %	50,2	Carboidrati %	59,8	56
Lipidi %	30,2	Lipidi %	27,5	Lipidi %	36,5	Lipidi %	25,5	29
Proteine g	27,5	Proteine g	32,2	Proteine g	26	Proteine g	30	29,4

Carboidrati g	100,8	Carboidrati g	111	Carboidrati g	87	Carboidrati g	118,5	Carboidrati g	118,74	107,2
Lipidi g	24,7	Lipidi g	24,2	Lipidi g	28,9	Lipidi g	25,2	Lipidi g	22,6	25

Data emissione ed autorizzazione ASL: 24/03/2026