

COMUNE DI MONTEPRANDONE - MENSA SCOLASTICA DI CENTOBUCHI
MENU' SCUOLA PRIMARIA 2011-2012

PRIMA SETTIMANA

Lunedì

<i>Kcal</i>	Pasta al ragù	gr.	70
	Prosciutto crudo o cotto	gr.	60
	Verdura di stagione	gr.	100
	Pane	gr.	40
	Frutta di stagione	gr.	150

Martedì

<i>Kcal</i>	Minestrone di verdure con pasta	gr.	50
	Tacchino arrosto al forno	gr.	90
	Patate al forno	gr.	150
	Pane	gr.	40
	Frutta di stagione	gr.	150

Mercoledì

<i>Kcal</i>	Risotto al pomodoro	gr.	70
	Polpettine di manzo/polpettone	gr.	90
	Verdure di stagione crude o cotte	gr.	100
	Pane	gr.	40
	Frutta di stagione	gr.	150

Giovedì

<i>Kcal</i>	Gnocchi di patate al sugo	gr.	130
	Mozzarella	gr.	80
	Insalata mista (carote, sedano, ...)	gr.	50
	Pane	gr.	40
	Frutta di stagione	gr.	150

Venerdì

<i>Kcal</i>	Pasta con tonno	gr.	70
	Pesce (sogliola o polpette di pesce al forno)	gr.	120
	Verdura di stagione	gr.	100
	Pane	gr.	40
	Frutta di stagione/dolce	gr.	150

Lunedì

SECONDA SETTIMANA

<i>Kcal.</i>	Pasta in bianco /pomodoro	gr.	70
	Philadelphia /ricotta / parmigiano/galbanino	gr.	60
	Pure'/verdura	gr.	100
	Pane	gr.	40
	Frutta di stagione	gr.	150

Martedì

<i>Kcal.</i>	Tagliatelle al sugo	gr.	70
	Frittata		1 uov
	Carote verdura	gr.	100
	Pane	gr.	40
	Frutta di stagione	gr.	150

Mercoledì

<i>Kcal.</i>	Pasta bianca con olio e parmigiano/panna e prose.	gr.	70
	Prosciutto cotto o crudo	gr.	60
	Verdura cotta (bietole, cicoria, spinaci o altro)	gr.	100
	Pane	gr.	40
	Frutta di stagione	gr.	150

Giovedì

<i>Kcal.</i>	Pasta al pomodoro	gr.	70
	Cotoletta al forno (tacchino)	gr.	90
	Insalata mista	gr.	50
	Pane	gr.	40
	Frutta di stagione	gr.	150

Venerdì

<i>Kcal.</i>	Passato di verdura con minestra	gr.	50+v
	Pesce	gr.	120
	Verdura di stagione	gr.	100
	Pane	gr.	40
	Frutta di stagione	gr.	150



RF

TERZA SETTIMANA

Lunedì

<i>Kcal.</i>	Risotto ai funghi e pomodoro	gr.	70
	Arista	gr.	90
	Verdura cotta	gr.	100
	Pane	gr.	40
	Frutta di stagione	gr.	150

Martedì

<i>Kcal.</i>	Minestra	gr.	50
	Coscette di pollo	gr.	90
	Insalata	gr.	50
	Pane	gr.	40
	Frutta di stagione	gr.	150

Mercoledì

<i>Kcal.</i>	Pasta al tonno	gr.	70
	Pesce	gr.	120
	Verdura di stagione	gr.	100
	Pane	gr.	40
	Frutta di stagione	gr.	150

Giovedì

<i>Kcal.</i>	Lasagne al forno	gr.	250
	Prosciutto crudo o cotto	gr.	60
	Insalata mista (carote, sedano, ...)	gr.	50
	Pane	gr.	40
	Frutta di stagione	gr.	150

Venerdì

<i>Kcal.</i>	Pasta in bianco o rossa	gr.	70
	Frittata		1 uov
	Finocchi / pomodori	gr.	50
	Pane	gr.	40
	Frutta di stagione	gr.	150

QUARTA SETTIMANA

Lunedì

<i>Kcal.</i>	Pasta al sugo rosso	gr.	70
	Petto di pollo	gr.	90
	Patate o carote	gr.	100
	Pane	gr.	40
	Frutta di stagione	gr.	150

Martedì

<i>Kcal.</i>	Agnolotti o tortellini al pomodoro	gr.	150
	Prosciutto cotto o crudo	gr.	60
	Insalata	gr.	50
	Pane	gr.	40
	Frutta di stagione	gr.	150

Mercoledì

<i>Kcal.</i>	Minestrone con pasta	gr.	50+v
	Fettina/Spazzatino con piselli al pomodoro	gr.	90+200
	Pane	gr.	40
	Frutta di stagione	gr.	150

Giovedì

<i>Kcal.</i>	Pasta rossa con tonno	gr.	70
	Pesce	gr.	120
	Verdura cruda o cotta	gr.	100
	Pane	gr.	40
	Frutta di stagione	gr.	150

Venerdì

<i>Kcal.</i>	Tagliatelle	gr.	70
	Formaggio	gr.	60
	Patate arrosto/verdura	gr.	100
	Pane	gr.	40
	Macedonia di frutta	gr.	150

W

