

Prima settimana

**Lunedì**

**Riso al pomodoro e parmigiano** (riso parboiled oppure integrale 50 gr., pomodoro pelato gr. 80, olio extra vergine di oliva gr.5 , parmigiano 5 gr.)

**Straccetti di petto di pollo in umido**

(petto di pollo 100 gr, latte q.b. o brodo vegetale q.b., olio evo 5 gr.. )

**Insalata di lattuga** (lattuga gr. 50, olio extra vergine di oliva 5 gr., limone q.b.)

**Pane formato rosetta oppure Pane integrale 40 gr. Frutta fresca di stagione 150**

**Martedì**

**Pasta con crema di fagioli**

(pasta 40 gr. , fagioli secchi 30 gr, olio extra vergine di oliva 5 gr)

**Frittata di uova e parmigiano** (un uovo , parmigiano 7 gr., olio extra vergine di oliva q. b. )

**Insalata di pomodori** (pomodori 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

**Pane formato rosetta oppure Pane integrale 40 gr. Frutta fresca di stagione 150 gr.**

**Mercoledì**

**Pasta al pomodoro**

(pasta 50 gr., pomodori pelati 80 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr., parmigiano 5 gr.)

**Formaggio fresco 60 gr. Oppure Parmigiano Reggiano gr. 50**

**Carote lesse** (carote 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

**Oppure Bietoline stufate** (bietoline gr. 100, olio extra vergine di oliva 5 gr)

**Pane formato rosetta oppure Pane integrale 40 gr. Frutta fresca di stagione 150 gr.**

**Giovedì**

**Riso con crema di zucca**

(pasta 50 gr., zucca 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr. parmigiano 5 gr.)

**Oppure Pasta con crema di piselli**

(orzo 40 gr., piselli 70 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr. parmigiano 5 gr)

**Bocconcini di vitello alla pizzaiola**

(vitello magro 100 gr., pomodori pelati gr. 50, olio extra vergine di oliva gr. 5)

**Insalata di lattuga** (lattuga gr. 50, olio extra vergine di oliva 5 gr., limone q.b.)

**Oppure Pomodori all'insalata** ( pomodori gr. 100, olio extra vergine di oliva gr. 5)

**Pane formato rosetta oppure Pane integrale 40 gr. Frutta fresca di stagione 150 gr.**

**Venerdì**

**Pasta e patate** (pasta 40 gr., patate 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

**Bastoncini di merluzzo al forno** (merluzzo 100 gr. , olio evo q.b.)

**Insalata di spinaci freschi** (spinaci 50 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr., limone q.b.)

**Pane formato rosetta oppure Pane integrale 40 gr.**

**Yogurt alla frutta 125 gr. oppure Frutta fresca di stagione 150 gr.**

***Ove previsto il limone ed il parmigiano va servito a parte***

***Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione ASL di Caserta***

## Seconda settimana

### Lunedì

#### **Pasta con crema di zucchini**

(pasta 50gr., zucchini 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr., parmigiano 5 gr.)

**Arista di maiale al forno** (arista 100gr, olio extra vergine di oliva 5 gr.,brodo vegetale./latte q. b.)

**Oppure Prosciutto cotto magro senza polifosfati gr. 40**

**Insalata di lattuga** (lattuga 50 gr., olio extra vergine di oliva gr. 5, limone q.b.)

**Pane formato rosetta oppure Pane integrale 40 gr. Frutta fresca di stagione 150 gr.**

### Martedì

**Pasta con crema di ceci** (pasta 40 gr., ceci 30 gr., olio extra vergine d'oliva 5 gr.)

**Frittata di zucchini** (un uovo, zucchini 40gr., parmigiano 5 gr.)

**Carote lesse** (carote 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

**Oppure Insalata di bietoline** (bietoline 50 gr., olio extra vergine di oliva gr. 5)

**Pane formato rosetta oppure Pane integrale 40 gr. Frutta fresca di stagione 150 gr.**

### Mercoledì

#### **Riso con crema di zucca**

(riso 50 gr.,zucca 100 gr,olio extra vergine di oliva 5 gr., parmigiano 5 gr.)

**Formaggio fresco 60 gr. Oppure Parmigiano Reggiano gr. 50**

**Insalata di pomodori** (pomodori 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

**Pane formato rosetta oppure Pane integrale 40 gr. Frutta fresca di stagione 150 gr**

### Giovedì

#### **Pasta al pomodoro**

(pasta 50 gr., pomodori pelati 100 gr.,olio extra vergine di oliva 5 gr. parmigiano 10 gr.,)

**Polpettine al forno** (vitellone magro 70 gr., pane 15 gr., uovo 20 gr., parmigiano 5 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr., latte q.b.)

**Insalata di lattuga** (lattuga 50 gr. , olio extra vergine di oliva 5 gr., limone q.b.)

**Pane formato rosetta oppure Pane integrale 40 gr. Frutta fresca di stagione 150 gr**

### Venerdì

**Pasta e patate** (pasta 40 gr., patate 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr., parmigiano gr.7)

**Bastoncini di merluzzo al forno** (merluzzo 100 gr.,olio extra vergine di oliva q.b.)

**Carote lesse** (carote 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

**Pane formato rosetta oppure Pane integrale 40 gr**

**Yogurt alla frutta 125 gr. oppure Frutta fresca di stagione 150 gr.**

***Ove previsto il limone ed il parmigiano va servito a parte***

***Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione ASL di Caserta***

## Terza settimana

### Lunedì

**Ravioli con ricotta e spinaci al pomodoro** (pasta fresca ripiena con ricotta e spinaci 80gr., olio extravergine di oliva 5 gr., pomodori pelati 80 gr., parmigiano 5 gr.)

**Bocconcini di vitello in umido**

(vitello magro 120 gr., olio extra vergine di oliva gr. 5, latte o brodo vegetale q.b.)

**Insalata di bietoline **Oppure** di lattuga**

(bietoline /lattuga 50 gr., olio extra vergine di oliva gr. 5, limone q.b.)

**Pane formato rosetta **oppure** Pane integrale 40 gr. Frutta fresca di stagione 150 gr.**

### Martedì

**Pasta al pomodoro**

(pasta 50 gr., pomodori pelati 100 gr.,olio extra vergine di oliva 5 gr. parmigiano 5 gr )

**Frittata di uova**

(un uovo, parmigiano Reggiano 5 gr.)

**Carote lesse** (carote 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

**Pane formato rosetta **oppure** Pane integrale 40 gr. Frutta fresca di stagione 150 gr.**

### Mercoledì

**Riso con crema di piselli** (riso 40 gr., piselli 80 gr., olio evo 5 gr., parmigiano gr. 5)

**Straccetti di petto di pollo alla pizzaiola** (petto di pollo gr. 100,olio extra vergine di oliva gr.5,pomodoro pelato 80 gr.)

**Purè di patate** (patate gr.150, latte q. b., parmigiano 5 gr, burro 5 gr., latte q.b.)

**Pane formato rosetta **oppure** Pane integrale 40 gr. Frutta fresca di stagione 150 gr.**

### Giovedì

**Pasta pomodoro**

(pasta 50 gr., pomodori pelati 100 gr,olio extra vergine di oliva 5 gr, parmigiano gr. 7)

****Oppure** Riso con crema di lenticchie**

(riso 40 gr., lenticchie 40 gr., olio extra vergine d'oliva 5 gr.)

**Polpettine in umido** (vitellone magro 80 gr., pane 30 gr., uovo 20 gr.,, olio extra vergine di oliva 5 gr., parmigiano 5 gr., latte o brodo vegetale q.b.)

**Insalata di lattuga** (lattuga 50 gr., olio extra vergine di oliva gr. 5, limone q.b. )

**Pane formato rosetta **oppure** Pane integrale 40 gr. Frutta fresca di stagione 150 gr.**

### Venerdì

**Pizza al pomodoro 120 gr.** (farina 0, olio evo q.b., pomodoro pelato o polpa pronta 80 gr. )

****Oppure** Riso con crema di zucca**

(riso 50gr., zucca 100 gr., parmigiano 7 gr., olio extravergine di oliva 5gr.)

**Platessa impanata al forno** (platessa 100 gr. olio evo q.b.)

**Insalata di pomodori** (pomodori all'insalata 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

**Pane formato rosetta **oppure** Pane integrale 40 gr.**

**Yogurt alla frutta 125 gr. **oppure** Frutta fresca di stagione 150 gr.**

***Ove previsto il limone ed il parmigiano va servito a parte***

**Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione ASL di Caserta**

## Quarta settimana

### Lunedì

**Pasta oppure riso al pomodoro**

(pasta/riso gr. 50, pomodori pelati 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr., parmigiano 7 gr.)

**Formaggio fresco 60 gr. Oppure Parmigiano Reggiano gr. 50**

**Carote lesse** (carote 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

**Pane formato rosetta oppure Pane integrale 40 gr. Frutta fresca di stagione 150 gr**

### Martedì

**Pasta con crema di ceci** (pasta 40 gr., ceci secchi 30 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

**Frittata al forno** (un uovo, parmigiano Reggiano 7 gr)

**Oppure Prosciutto cotto magro senza polifosfati 40gr.**

**Insalata di pomodori** (pomodori gr 100, olio extra vergine di oliva gr. 5)

**Pane formato rosetta oppure Pane integrale 40 gr. Frutta fresca di stagione 150 gr**

### Mercoledì

**Tortellini al pomodoro** (tortellini con ripieno di prosciutto crudo 70gr., pomodori pelati 80gr., olio extra vergine di oliva 5 gr., parmigiano Reggiano 7 gr.)

**Salsiccia di pollo e tacchino a grana fine al forno**

(salsiccia 100 gr, olio extra vergine di oliva 5 gr.)

**Insalata di Bietoline** (bietoline 50 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

**Pane formato rosetta oppure Pane integrale 40 gr. Frutta fresca di stagione 150 gr**

### Giovedì

**Pasta con crema di zucca**

(pasta 50 gr., zucca 100 gr., parmigiano 7 gr., olio extravergine di oliva 5gr.)

**Polpettine al pomodoro** (vitellone magro 70 gr., pane 20 gr., uovo 20 gr., parmigiano reggiano 5 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr., pomodoro pelato 60 gr.)

**Insalata di lattuga** (lattuga 50 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr., limone q.b.)

**Pane formato rosetta oppure Pane integrale 40 gr. Frutta fresca di stagione 150 gr**

### Venerdì

**Pasta con crema di lenticchie**

(pasta 40 gr., lenticchie secche gr. 40.,olio extravergine di oliva 5gr.,parmigiano 7 gr.)

**Bastoncini di merluzzo al forno** (merluzzo 100 gr.,olio extra vergine di oliva q.b.)

**Patate al forno** (patate fresche gr. 150, olio extra vergine di oliva q.b. .)

**Pane formato rosetta oppure Pane integrale 40 gr.**

**Yogurt alla frutta 125 gr. oppure Frutta fresca di stagione 150 gr.**

***Ove previsto il limone ed il parmigiano va servito a parte***

***Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione ASL di Caserta***

## Quinta settimana

### Lunedì

#### **Pasta al pomodoro**

(pasta 50 gr., pomodori pelati 80 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr. parmigiano 7 gr )

**Formaggio fresco 60 gr. Oppure Parmigiano Reggiano gr. 50**

**Insalata di Lattuga** (lattuga gr. 50 , olio extra vergine di oliva 5 gr.,limone q.b.)

**Pane formato rosetta oppure Pane integrale 40 gr. Frutta fresca di stagione 150 gr**

### Martedì

**Pasta con crema di fagioli** (pasta 50gr., fagioli secchi gr. 40, olio evo 5gr.)

**Polpettine in umido** (vitellone magro 70 gr., pane 20 gr., uovo 20 gr., parmigiano 5 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.,latte o brodo vegetale q.b.)

**Insalata di pomodori** ( pomodori 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

**Pane formato rosetta oppure Pane integrale 40 gr. Frutta fresca di stagione 150 gr**

### Mercoledì

**Gateau di patate** (patate 150 gr., uovo 20 gr.,prosciutto cotto magro 20 gr., parmigiano Reggiano 10 gr.,latte q. b., burro 5 gr. )

**Spezzatino di petto di tacchino** (petto di tacchino gr. 100, olio extra vergine di oliva 10 gr.)

**Bietoline stufate** (bietoline 100 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

**Pane formato rosetta oppure Pane integrale 40 gr. Frutta fresca di stagione 150 gr**

### Giovedì

#### **Pasta con salsa bolognese**

(pasta 50 gr., macinato magro di manzo 50 gr., pomodoro pelato gr. 80, parmigiano 7 gr.)

**Frittata di uova e parmigiano** (un uovo, parmigiano 7 gr., olio extra vergine di oliva q. b. )

**Insalata di lattuga** (lattuga gr.50, olio extra vergine di oliva 5 gr.. limone q.b.)

**Pane formato rosetta oppure Pane integrale 40 gr. Frutta fresca di stagione 150 gr**

### Venerdì

#### **Riso con crema di lenticchie**

(riso 40 gr., lenticchie secche 30 gr., olio extra vergine di oliva 5 gr.)

#### **Bastoncini di merluzzo impanati al forno**

**Insalata di spinaci freschi** (spinaci freschi gr.50, olio extra vergine di oliva gr.5,limone q.b.)

**Pane formato rosetta oppure Pane integrale 40 gr.**

**Yogurt alla frutta 125 gr. oppure Frutta fresca di stagione 150 gr.**

***Ove previsto il limone ed il parmigiano va servito a parte***

***Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione ASL di Caserta***

## COLAZIONE A SACCO SCUOLA dell'INFANZIA-



### **Brioscina al latte con prosciutto cotto magro senza polifosfati**

(brioscina al latte 50 gr., prosciutto cotto gr. 40 gr.)

### **Brioscina al latte con formaggio fresco**

(brioscina al latte 50 gr., formaggio fresco gr. 60 gr.)

**Yogurt alla frutta 125 gr. Succo di frutta 200 ml.**

**Acqua minerale naturale 500 ml**

### **Oppure**

**Pizza al pomodoro gr. 120**

**Brioscina al latte con bresaola**

(Brioscina al latte 50 gr., bresaola 40 gr.)

**Yogurt alla frutta 125 gr. Succo di frutta 200 ml.**

**Acqua minerale naturale 500 ml**

***Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione ASL di Caserta***