

## Scuola dell'Infanzia del Territorio Comune di Vallefoglia, menu autunno-inverno a.s. 2022-2023, media dell'apporto giornaliero di energia e nutrienti relativa al pranzo

Medie	% Apporto energetico	LARN
Energia (KCal)	610,65	
Energia (KJ)	2.555,41	
Proteine Totali (g)	23,46	15,37%
Proteine Animali (g)	11,34	
Proteine Vegetali (g)	12,11	
Lipidi Totali (g)	20,13	29,67%
Lipidi Animali (g)	5,73	8,44%
Lipidi Vegetali (g)	14,41	21,23%
Acidi Grassi Saturi Totali (g)	5,23	7,70%
Acidi Grassi Monoinsaturi Totali (g)	11,90	17,54%
Acidi Grassi Polinsaturi Totali (g)	2,26	3,33%
Rapp. Polins./Sat.	0,43	
Colesterolo (mg)	84,90	
Glucidi Disponibili (Carboidrati) (g)	89,08	54,71%
Amido (g)	70,72	43,43%
Glucidi Solubili (g)	18,38	11,29%
Alcool (g)	0,00	0,00%
Fibra Alimentare (g)	8,79	
Calcio (mg)	260,74	1.000,00 (mg)
Fosforo (mg)	386,26	500 (mg)
Potassio (mg)	997,94	2.300 (mg)
Sodio (mg)	505,12	900 (mg)
Ferro (mg)	3,68	11 (mg)
Zinco (mg)	2,95	5 (mg)
Tiamina (mg)	0,22	0,6 (mg)
Riboflavina (mg)	0,36	0,7 (mg)
Niacina (mg)	4,57	8 (mg NE)
Retinolo equivalenti (µg)	407,36	
Retinolo (µg)	47,69	450 (µg RE)
Vitamina C (mg)	57,49	50 (mg)
Vitamina B6 (mg)	0,55	0,6 (mg)
Acido Linoleico (g)	1,80	4,00 (g)
Acido Linolenico (g)	0,29	1,00 (g)
Acido Oleico (g)	11,55	
Vitamina E (mg)	4,77	
Altri Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,16	
Vitamina D (µg)	0,29	15 (µg)
β-carotene equivalente (µg)	2.158,43	
Acido Folico (µg)	141,29	160,00 (µg)
Acqua (g)	303,46	1.400 (mL)

**E**

COMUNE DI VALLEFOGLIA

Protocollo N.0019429/2022 del 15/09/2022

## Scuola dell'Infanzia del Territorio Comune di Vallefoglia, menu primavera-estate a.s. 2022-2023, media dell'apporto giornaliero di energia e nutrienti relativa al pranzo

Medie	% Apporto energetico	LARN
Energia (KCal)	609,25	
Energia (KJ)	2.549,09	
Proteine Totali (g)	24,53	16,10%
Proteine Animali (g)	12,99	
Proteine Vegetali (g)	11,54	
Lipidi Totali (g)	18,94	27,98%
Lipidi Animali (g)	5,82	8,60%
Lipidi Vegetali (g)	13,14	19,42%
Acidi Grassi Saturi Totali (g)	5,10	7,53%
Acidi Grassi Monoinsaturi Totali (g)	11,18	16,51%
Acidi Grassi Polinsaturi Totali (g)	1,92	2,83%
Rapp. Polins./Sat.	0,38	
Colesterolo (mg)	119,88	
Glucidi Disponibili (Carboidrati) (g)	90,60	55,76%
Amido (g)	74,38	45,78%
Glucidi Solubili (g)	16,21	9,98%
Alcool (g)	0,00	0,00%
Fibra Alimentare (g)	7,44	
Calcio (mg)	233,14	1.000,00 (mg)
Fosforo (mg)	394,80	500 (mg)
Potassio (mg)	935,88	2.300 (mg)
Sodio (mg)	439,59	900 (mg)
Ferro (mg)	3,55	11 (mg)
Zinco (mg)	3,04	5 (mg)
Tiamina (mg)	0,28	0,6 (mg)
Riboflavina (mg)	0,35	0,7 (mg)
Niacina (mg)	5,42	8 (mg NE)
Retinolo equivalenti (µg)	425,28	
Retinolo (µg)	65,27	450 (µg RE)
Vitamina C (mg)	47,16	50 (mg)
Vitamina B6 (mg)	0,54	0,6 (mg)
Acido Linoleico (g)	1,64	4,00 (g)
Acido Linolenico (g)	0,25	1,00 (g)
Acido Oleico (g)	10,86	
Vitamina E (mg)	4,89	
Altri Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,04	
Vitamina D (µg)	0,40	15 (µg)
β-carotene equivalente (µg)	2.160,92	
Acido Folico (µg)	101,55	160,00 (µg)
Acqua (g)	290,59	1.400 (mL)

**E**  
 COMUNE DI VALLEFOGLIA  
 Protocollo N.0019429/2022 del 15/09/2022

## Scuola Primaria del Territorio Comune di Vallefoglia, menu autunno-inverno a.s. 2022-2023, media dell'apporto di energia e nutrienti relativa al pranzo

Medie	% Apporto energetico	LARN
Energia (KCal)	787,77	
Energia (KJ)	3.296,96	
Proteine Totali (g)	30,61	15,54% 48 (g)
Proteine Animali (g)	14,30	
Proteine Vegetali (g)	16,30	
Lipidi Totali (g)	25,41	29,03%
Lipidi Animali (g)	7,18	8,20%
Lipidi Vegetali (g)	18,23	20,82%
Acidi Grassi Saturi Totali (g)	6,49	7,41%
Acidi Grassi Monoinsaturi Totali (g)	15,01	17,15%
Acidi Grassi Polinsaturi Totali (g)	2,86	3,27%
Rapp. Polins./Sat.	0,44	
Colesterolo (mg)	115,47	
Glucidi Disponibili (Carboidrati) (g)	115,86	55,15%
Amido (g)	91,55	43,58%
Glucidi Solubili (g)	24,32	11,58%
Alcool (g)	0,00	0,00%
Fibra Alimentare (g)	11,68	
Calcio (mg)	314,33	1.300,00 (mg)
Fosforo (mg)	488,12	1.250 (mg)
Potassio (mg)	1.251,40	3.900 (mg)
Sodio (mg)	592,96	1.500 (mg)
Ferro (mg)	4,91	18 (mg)
Zinco (mg)	3,98	9 (mg)
Tiamina (mg)	0,31	1,0 (mg)
Riboflavina (mg)	0,48	1,2 (mg)
Niacina (mg)	6,03	16 (mg NE)
Retinolo equivalenti (µg)	331,85	
Retinolo (µg)	61,97	600 (µg RE)
Vitamina C (mg)	66,47	75 (mg)
Vitamina B6 (mg)	0,72	1,2 (mg)
Acido Linoleico (g)	2,26	4,00 (g)
Acido Linolenico (g)	0,39	1,00 (g)
Acido Oleico (g)	14,56	
Vitamina E (mg)	5,87	
Altri Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,20	
Vitamina D (µg)	0,40	15 (µg)
β-carotene equivalente (µg)	1.619,51	
Acido Folico (µg)	179,72	280,00 (µg)
Acqua (g)	395,55	1.900 (mL)

**E**  
 COMUNE DI VALLEFOGLIA  
 Protocollo N.0019429/2022 del 15/09/2022

## Scuola Primaria del Territorio Comune di Vallefoglia, menu primavera-estate a.s. 2022-2023, media dell'apporto di energia e nutrienti relativa al pranzo

Medie	% Apporto energetico	LARN
Energia (KCal)	784,19	
Energia (KJ)	3.281,24	
Proteine Totali (g)	31,20	15,92% 48 (g)
Proteine Animali (g)	16,36	
Proteine Vegetali (g)	14,84	
Lipidi Totali (g)	25,05	28,75%
Lipidi Animali (g)	8,00	9,18%
Lipidi Vegetali (g)	17,08	19,60%
Acidi Grassi Saturi Totali (g)	6,82	7,83%
Acidi Grassi Monoinsaturi Totali (g)	14,74	16,91%
Acidi Grassi Poliinsaturi Totali (g)	2,54	2,92%
Rapp. Polins./Sat.	0,37	
Colesterolo (mg)	151,86	
Glucidi Disponibili (Carboidrati) (g)	115,40	55,18%
Amido (g)	92,31	44,14%
Glucidi Solubili (g)	23,09	11,04%
Alcool (g)	0,00	0,00%
Fibra Alimentare (g)	10,35	
Calcio (mg)	336,65	1.300,00 (mg)
Fosforo (mg)	501,81	1.250 (mg)
Potassio (mg)	1.187,88	3.900 (mg)
Sodio (mg)	568,63	1.500 (mg)
Ferro (mg)	4,98	18 (mg)
Zinco (mg)	4,13	9 (mg)
Tiamina (mg)	0,35	1,0 (mg)
Riboflavina (mg)	0,48	1,2 (mg)
Niacina (mg)	9,35	16 (mg NE)
Retinolo equivalenti (µg)	573,29	
Retinolo (µg)	88,38	600 (µg RE)
Vitamina C (mg)	38,15	75 (mg)
Vitamina B6 (mg)	0,62	1,2 (mg)
Acido Linoleico (g)	2,04	4,00 (g)
Acido Linolenico (g)	0,32	1,00 (g)
Acido Oleico (g)	14,28	
Vitamina E (mg)	6,40	
Altri Acidi Grassi Poliinsaturi (g)	0,19	
Vitamina D (µg)	2,70	15 (µg)
β-carotene equivalente (µg)	2.910,00	
Acido Folico (µg)	124,26	280,00 (µg)
Acqua (g)	385,28	1.900 (mL)

**E**  
 COMUNE DI VALLEFOGLIA  
 Protocollo N.0019429/2022 del 15/09/2022

**Menu autunno - inverno (novembre - marzo) a.s. 2022-23 per la SCUOLA PRIMARIA**  
**Territorio Comune di Vallefoglia**

	I SETTIMANA	II SETTIMANA	III SETTIMANA	IV SETTIMANA	V SETTIMANA
<b>Lunedì</b>	Pasta all'olio Frittata con verdure Cavolfiori	Passatelli in brodo vegetale Verdure gratinate Insalata mista	Risotto con piselli Ricotta / Robiola Bietole all'olio	Farro o Orzo con crema di zucca gialla Vitellone arrosto / Scaloppina di maiale al limone Verdure gratinate	Pasta al ragù Burger di verdure al forno Finocchi crudi
<b>Martedì</b>	Risotto alla zucca Pesce surgelato / Pesce fresco dell'Adriatico al forno Verdura cotta	Pasta al pomodoro  Squacquerone Pinzimonio	Pasta all'olio  Polpettine di carne al sugo Carote lesse	Pasta al sugo di pesce  Crocchette di legumi Bietole all'olio	Pasta alle verdure (bianca)  Bocconcini di pesce Pinzimonio
<b>Mercoledì</b>	Passato di verdure con pastina Pollo arrosto / al limone Purè di patate	Risotto con zucca gialla Polpettone di pollo e spinaci Verdura cotta	Spaghetti alla pizzaiola Pesce surgelato / Pesce fresco dell'Adriatico al forno Pinzimonio	Pasta all'ortolana (bianca) Frittata Carote julienne	Risotto con sugo di legumi Mozzarella Spinaci all'olio
<b>Giovedì</b>	Lasagne al forno al ragù di carne  Verdura cotta Carote in pinzimonio	Passato di legumi con pastina  Pizza margherita	Tagliatelline al pomodoro Arrosto di tacchino / Bocconcini di carne bianca al forno Insalata	Riso al pomodoro Pesce surgelato / Pesce fresco dell'Adriatico al forno Insalata mista	Pastina in brodo vegetale Petto di pollo gratinato / Straccetti di pollo al curry Verdure gratinate
<b>Venerdì</b>	Pasta con crema di legumi Formaggi misti Finocchi crudi	Pasta alle verdure (bianca) Polpette di merluzzo Verdura cotta	Passato di verdure con pastina Sformato di patate con uovo Finocchi	Maltagliati e ceci in brodo Stracchino / Misto pecora Cavolfiori o Spinaci	Gnocchetti sardi con crema di verdure Polpettone di ceci Insalata mista

N.B. Ad ogni pasto vengono somministrati: frutta e verdura di stagione, pane comune e pane integrale.

*Perse, 14/9/2022*

A.S.U.R. Area Vasta n. 1 - Sede Pesaro  
 U.O. Igiene degli Alimenti e Nutrizione  
 (Dirigente Medico  
 Dr.ssa Elsa RAVAGLIA)

**Menu primavera - estate ( aprile - ottobre) a.s. 2022 - 2023 per la Scuola Primaria  
Territorio Comune di Vallefoglia**

	I SETTIMANA	II SETTIMANA	III SETTIMANA	IV SETTIMANA	V SETTIMANA
<b>Lunedì</b>	Passato di verdure con pastina Straccetti di carne bianca con carciofi Insalata mista	Risotto allo zafferano Omelette / Sformato con verdure Verdura cotta	Passato di verdura con riso Arrosto di maiale / Scaloppina al limone Insalata	Pasta al ragu di pesce (bianco) Crocchette di verdure e legumi / Polpettone di ceci Cetrioli	Orecchiette con melanzane Cubetti di tacchino / Arrosto di tacchino Bietoline all'olio
<b>Martedì</b>	Pasta con piselli (bianca) Caprese : (mozzarella a fette - pomodoro)	Pizza al pomodoro Mozzarella a fette Fagiolini	Tagliatelline con crema di fagioli Squacquerone Pomodori e cetrioli	Vellutata di carote con pastina o con orzo Petto di pollo gratinato Zucchine trifolate	Passato di verdure con pastina Omelette / Sformato con verdure Patate gratinate
<b>Mercoledì</b>	Risotto alla parmigiana Uovo Sodo Cetrioli / verdura cruda	Pasta all'ortolana (bianca) Pesce surgelato / Pesce fresco dell'Adriatico al forno Cetrioli	Lasagne al ragu di carne Verdure gratinate Pinzimonio	Pasta al pesto fresco di zucchini (zucchini, basilico fresco, olio) Stracchino Fagiolini al pomodoro fresco	Risotto con piselli (bianco) Polpette di pesce al forno Insalata mista
<b>Giovedì</b>	Ravioli o Tortellini con ragu di carne Verdure gratinate Carote in pinzimonio	Vellutata di zucchini con orzo o con pastina Pollo arrosto / Pollo al limone Pomodori in insalata	Pasta o Farro con pesto fresco (basilico fresco, prezzemolo, olio) Frittata Fagiolini all'olio	Riso all'olio Carne di vitellone arrosto / Spezzatino alla pizzaiola Insalata mista	Gnocchetti sardi agli asparagi Prosciutto cotto Pinzimonio
<b>Venerdì</b>	Pasta con zucchini (bianca) Pesce surgelato / Pesce fresco dell'Adriatico gratinato al forno Spinaci all'olio	Spaghetti al tonno Crocchette di verdure e legumi / Burger di lenticchie Insalata mista	Pasta con pomodoro e basilico Pesce surgelato / Pesce fresco dell'Adriatico gratinato al forno Pomodori e cetrioli	Tagliatelline al pomodoro Pesce surgelato / Pesce fresco dell'Adriatico al forno Pinzimonio	Pasta al sugo di pesce Formaggi misti Fagiolini

N.B. Ad ogni pasto vengono somministrati: frutta e verdura di stagione, pane comune e pane integrale

COMUNE DI VALLEFOGLIA

**E**

Protocollo N.0019429/2022 del 15/09/2022

*Posarò*  
14/9/2022

A.S.U.R. Area Vasta n. 8 - Sede Posarò  
U.O. Igiene degli Alimenti e Nutrizione  
Il Dirigente Medico  
*Elisa RAVAGLIA*  
(D.ssa Elia RAVAGLIA)

**Menu autunno - inverno (novembre - marzo) a.s. 2022-23 per la SCUOLA DELL'INFANZIA**  
**Territorio Comune di Vallefoglia**

	I SETTIMANA	II SETTIMANA	III SETTIMANA	IV SETTIMANA	V SETTIMANA
<b>Lunedì</b>	Pasta all'olio Frittata con verdure Cavolfiori  <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Passatelli in brodo vegetale Verdure gratinate Insalata mista  <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Risotto con piselli Ricotta / Robiola Bietole all'olio  <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Farro o Orzo con crema di zucca gialla Vitellone arrosto / Scaloppina di maiale al limone Verdure gratinate  <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Pasta al ragù Burger di verdure al forno Finocchi crudi  <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>
<b>Martedì</b>	Risotto alla zucca Pesce surgelato / Pesce fresco dell'Adriatico al forno Verdura cotta  <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Pasta al pomodoro Squacquerone Pinzimonio  <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Pasta all'olio Polpettine di carne al sugo Carote lesse  <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Pasta al sugo di pesce Crocchette di legumi Bietole all'olio  <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Pasta alle verdure (bianca) Bocconcini di pesce Pinzimonio  <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>
<b>Mercoledì</b>	Passato di verdure con pastina Pollo arrosto / al limone Purè di patate  <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Risotto con zucca gialla Polpettone di pollo e spinaci Verdura cotta  <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Spaghetti alla pizzaiola Pesce surgelato / Pesce fresco dell'Adriatico al forno Pinzimonio  <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Pasta all'ortolana (bianca) Frittata Carote julienne  <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Risotto con sugo di legumi Mozzarella Spinaci all'olio  <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>
<b>Giovedì</b>	Lasagne al forno al ragù di carne Verdura cotta Carote in pinzimonio  <i>Spuntino di metà mattina: Yogurt alla frutta</i>	Passato di legumi con pastina Pizza margherita  <i>Spuntino di metà mattina: Pane e olio</i>	Tagliatelline al pomodoro Arrosto di tacchino / Bocconcini di carne bianca al forno Insalata  <i>Spuntino di metà mattina: Ciambella</i>	Riso al pomodoro Pesce surgelato / Pesce fresco dell'Adriatico al forno Insalata mista  <i>Spuntino di metà mattina: Yogurt alla frutta</i>	Pastina in brodo vegetale Petto di pollo gratinato / Straccetti di pollo al curry Verdure gratinate  <i>Spuntino di metà mattina: Pane e olio</i>
<b>Venerdì</b>	Pasta con crema di legumi Formaggi misti Finocchi crudi  <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Pasta alle verdure (bianca) Polpette di merluzzo Verdura cotta  <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Passato di verdure con pastina Sformato di patate con uovo Finocchi  <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Maltagliati e ceci in brodo Stracchino / Misto pecora Cavolfiori o Spinaci  <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Gnocchetti sardi con crema di verdure Polpettone di ceci Insalata mista  <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>

N.B. Ad ogni pasto vengono somministrati: frutta e verdura di stagione, pane comune e pane integrale.

N.B. Lo spuntino di metà mattina dell'ultimo giovedì di ogni mese sarà costituito da trancini di pizza al pomodoro per festeggiare il cosiddetto "Complimense" dei bambini.

COMUNE DI VALLEFOGLIA  
**E**  
 Protocollo N.0019429/2022 del 15/09/2022

*Repari*  
 ASUR Area Vasta n. 1 - Sede Pescara  
 U.O. Igiene degli Alimenti e Nutrizione  
 II Dirigente Medico  
 Dr.ssa Elisa RAVAGLIA  
 14/9/22

12025, 16/8/2022 /  
A.S.U.R. Area Vasta n. 1 - Sede Ospedale  
U.O. Igiene degli Alimenti e Nutrizione  
Il Dirigente Medico  
(D.ssa Elsa RAVAGLIA)

**Menu primavera - estate ( aprile - ottobre) a.s. 2022 - 2023 per la Scuola dell'Infanzia  
Territorio Comune di Vallefoglia**

	I SETTIMANA	II SETTIMANA	III SETTIMANA	IV SETTIMANA	V SETTIMANA
<b>Lunedì</b>	Passato di verdure con riso Straccetti di carne bianca con carciofi Insalata mista <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Risotto allo zafferano Omelette / Sformato con verdure Verdura cotta <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Passato di verdura con riso Arrosto di maiale / Scaloppina al limone Insalata <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Pasta al ragù di pesce (bianco) Crocchette di verdure e legumi/ Polpettone di ceci Cetrioli <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Orecchiette con melanzane Cubetti di tacchino / Arrosto di tacchino Bietoline all'olio <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>
<b>Martedì</b>	Pasta con piselli (bianca) Caprese : (mozzarella a fette - pomodoro) <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Pizza al pomodoro Mozzarella a fette Fagiolini <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Tagliatelline con crema di fagioli Squacquerone Pomodori e cetrioli <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Vellutata di carote con pastina o con orzo Petto di pollo gratinato Zucchine trifolate <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Passato di verdure con pastina Omelette / Sformato con verdure Patate Gratinata <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>
<b>Mercoledì</b>	Risotto alla parmigiana Uovo Sodo Cetrioli / Verdura cruda <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Pasta all'ortolana (bianca) Pesce surgelato / Pesce fresco dell'Adriatico al forno Cetrioli <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Lasagne al ragù di carne Verdure gratinate Pinzimonio <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Pasta al pesto fresco di zucchine (zucchine, basilico fresco, olio) Stracchino Fagiolini al pomodoro fresco <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Risotto con piselli (bianco) Polpette di pesce al forno Insalata mista <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>
<b>Giovedì</b>	Ravioli o Tortellini con ragù di carne Verdure gratinate Carote in pinzimonio <i>Spuntino di metà mattina: Yogurt alla frutta</i>	Vellutata di zucchine con orzo o con pastina Pollo arrosto / Pollo al limone Pomodori in insalata <i>Spuntino di metà mattina: Ciambella casalinga</i>	Pasta o Farro con pesto fresco (basilico fresco, prezzemolo, olio) Frittata Fagiolini all'olio <i>Spuntino di metà mattina: Pane e olio</i>	Riso all'olio Carne di vitellone arrosto / Spezzatino alla pizzaiola Insalata mista <i>Spuntino di metà mattina: Yogurt alla frutta</i>	Gnocchetti sardi agli asparagi Prosciutto cotto Pinzimonio <i>Spuntino di metà mattina: Pane e olio</i>
<b>Venerdì</b>	Pasta con zucchine (bianca) Pesce surgelato / Pesce fresco dell'Adriatico gratinato al forno Spinaci all'olio <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Spaghetti al tonno Crocchette di verdure e legumi / Burger di lenticchie Insalata mista <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Pasta con pomodoro e basilico Pesce surgelato / Pesce fresco dell'Adriatico gratinato al forno Pomodori e cetrioli <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Tagliatelline al pomodoro Pesce surgelato / Pesce fresco dell'Adriatico al forno Pinzimonio <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>	Pasta al sugo di pesce Formaggi misti Fagiolini <i>Spuntino di metà mattina: Frutta fresca di stagione</i>

N.B. Ad ogni pasto vengono somministrati: frutta e verdura di stagione, pane comune e pane integrale

N.B. Lo spuntino di metà mattina dell'ultimo giovedì di ogni mese sarà costituito da trancini di pizza al pomodoro per festeggiare il cosiddetto "Complimese" dei bambini

COMUNE DI VALLEFOGLIA **E**  
Protocollo N.0019429/2022 del 15/09/2022



**Scuola dell'Infanzia "Territorio Comune di Vallefoglia"**  
**Merenda menu autunno-inverno a.s. 2022 - 2023**

	1° SETTIMANA	2° SETTIMANA	3° SETTIMANA	4° SETTIMANA	5° SETTIMANA
LUNEDI	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120
MARTEDI	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120
MERCOLEDI	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120
GIOVEDI	Yogurt intero alla frutta cc. 125	Pane e olio pane comune g. 30 olio extravergine d'oliva cc. 5	Ciambella g.40	Yogurt intero alla frutta cc. 125	Pane e olio pane comune g. 30 olio extravergine d'oliva cc. 5
VENERDI	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120

COMUNE DI VALLEFOGLIA

**E**

Protocollo N.0019429/2022 del 15/09/2022



**Scuola dell'Infanzia "Territorio Comune di Vallefoglia"**  
**Merenda menu primavera-estate a.s. 2022 - 2023**

	1° SETTIMANA	2° SETTIMANA	3° SETTIMANA	4° SETTIMANA	5° SETTIMANA
LUNEDI	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120
MARTEDI	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120
MERCOLEDI	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120
GIOVEDI	Yogurt intero alla frutta cc. 125	Ciambella casalinga g.40	Pane e olio pane comune g. 30 olio extravergine d'oliva cc. 5	Yogurt intero alla frutta cc. 125	Pane e olio pane comune g. 30 olio extravergine d'oliva cc. 5
VENERDI	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120	Frutta fresca di stagione g. 100-120

COMUNE DI VALLEFOGLIA

**E**

Protocollo N.0019429/2022 del 15/09/2022



## GRAMMATURE INDICATIVE MENU' SCOLASTICI (aggiornamento 2022)

Il peso si riferisce all'alimento crudo e al netto degli scarti

ALIMENTO	ASILO NIDO (12-24 mesi)	ASILO NIDO (24-36 mesi)	INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
	grammi	grammi	grammi	grammi	grammi
<b>PRIMI PIATTI E PIATTI UNICI</b>					
Pasta-Riso (anche Integrali)	35-40	45-50	60	70	80
Pastina-Riso in brodo	20	30	30-40	60	60
Passatelli in brodo	50	55	60	70-80	80
Gnocchi di Patate	70	100	120-150	150-200	200
Ravioli e Tortellini Freschi Asciutti	80	100	120	150	150-200
Lasagna o Tagliatella	30	40	50	60	60
<b>PANE</b>	20	30	30-40	50	50
<b>PATATE</b>	50	80-100	100	150	150
Patate per purè	30	60	80	100	130
<b>VERDURE</b>					
Insalata a foglia	10	20	30	50	60
Ortaggi crudi / pomodori	50	60-80	100	150	150
Ortaggi e verdure da cuocere	70	80-100	100	150-200	200
Verdure per sugo	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
Verdure per primo piatto in brodo (minestrone, passati..)	80-100	100-120	100-150	150-200	200
Verdure per preparazione secondi piatti	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
<b>FRUTTA</b>					
Frutta fresca	80	80-100	100-150	150-200	200
<b>CARNE / PESCE</b>					
Pollo, tacchino, coniglio, vitellone, maiale	40	50	60	80	80
Carne per polpette di carne e verdure	20	25	30	40	40
Pesce	50	60	80	100	100
Pesce per polpette di pesce	30	35	50	60	60
Carne / Pesce per condimenti primi piatti	5	5-10	10	20	20
Carne / Pesce per condimenti piatti unici all'uovo	Q.B.	Q.B.	30	40	50
<b>TONNO sott'olio sgocciolato per sugo</b>	/	/	20	25	30
<b>AFFETTATI</b>					
Prosciutto crudo e cotto	20-25	30	30-35	40-45	45-50
<b>UOVA</b>					
Uova per secondo	n. ½	n. 1	n.1	n.1	n.1
Uova per impasti ( polpette, .. )	Un uovo ogni 10 bambini (circa 10gr)	Un uovo ogni 8 bambini (circa 10gr)	Un uovo ogni 6 bambini (circa 10gr)	Un uovo ogni 6 bambini (circa 10gr)	Un uovo ogni 5 bambini (circa 10gr)
<b>LEGUMI</b>					
Legumi Secchi (Ceci, Fagioli, Lenticchie, ecc)	Secchi 10	Secchi 15	Secchi 20	Secchi 30	Secchi 35
Legumi per <u>Passati</u> o per <u>Crema di Legumi</u> o per <u>Sugo di Legumi</u>	Freschi 20-40	Freschi 40-60	Freschi 60-80	Freschi 80-100	Freschi 100-120
<b>FORMAGGI</b>					
Formaggio fresco / stagionato	20 / 15	35 / 20	50 / 30	60 / 40	80 / 50
Ricotta	30	50	60	80	80
Formaggio per condimento primi piatti	Q.B.	10	10	20	25
Parmigiano grattato per condire	5	5-8	8	8-10	10
<b>OLIO EXTRA VERGINE D'OLIVA</b>	10-15	10-15	10-15	10-15	15
Olive snocciolate	/	/	25	35	40
<b>ACQUA</b>	Circa 250 ml	Circa 250 ml	Circa 250ml	Circa 250 ml	Circa 250 ml
<b>DOLCE</b>	30-40	40-50	50	50-100	50-100
<b>PIZZA MARGHERITA</b>	/	120	170	200	250

COMUNE DI VALLEFOGLIA

Protocollo N. 0019429/2022 del 15/09/2022

Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione  
U.O.S. Igiene della Nutrizione  
Il Dirigente Medico  
Dr.ssa Elsa Ravaglia

La dietista  
Marialuisa Lisi