

# COMUNE DI CASTEL SAN GIORGIO (SA)

Provincia di Salerno

## Menù invernale

per la mensa scolastica della scuola dell'infanzia

### Prima settimana

Lunedì

Minestrone con pasta e parmigiano ( pasta 40 gr. – minestrone di verdure 40 gr. – parmigiano 5 gr.)  
Hamburger di vitello magro 70 gr. (\* non preconfezionato ma macellato fresco)  
Carote al vapore 100 gr.  
Pane 50 gr.  
Mela 150 gr.

Martedì

Pasta al pomodoro e parmigiano ( pasta 50 gr. – pomodoro quantità bastante – parmigiano 5 gr.)  
Fiordilatte 50 gr.  
Spinaci lessi o al vapore 100 gr.  
Pane 50 gr.  
Pera 150 gr.

Mercoledì

Pasta e lenticchie ( pasta 40 gr. – lenticchie 40 gr.)  
1 Uovo sodo 60 gr.  
Lattuga 100 gr.  
Pane 50 gr.  
succo di frutta

Giovedì

Riso al pomodoro e parmigiano ( riso 50 gr. – pomodoro quantità bastante – parmigiano 5 gr.)  
Fesa di tacchino al forno 80 gr.  
Bieta lessa 100 gr.  
Pane 50 gr.  
Arancia 150 gr.(oppure 2 mandaranci)

Venerdì

Pasta e fagioli ( pasta 40 gr. – fagioli 40 gr.)  
bastoncini di merluzzo al forno  
purea di patate g. 100  
Pane 50 gr.  
mela 150 gr.

### Seconda settimana

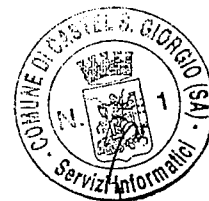
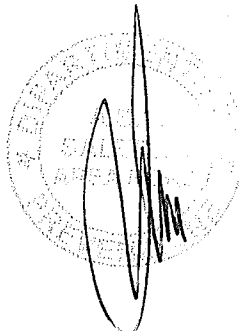
Lunedì

Minestrone con pasta e parmigiano (pasta 40 gr. – minestrone di verdure 40 gr. – parmigiano 5 gr.)  
Formaggio cremoso da spalmare ( Philadelphia ) 60 gr.  
Spinaci lessi o al vapore 100 gr.  
Pane 50 gr.  
banana 150 gr.

Martedì

Pasta al pomodoro e parmigiano ( pasta 50 gr. – pomodoro quantità bastante – parmigiano 5 gr.)  
Filetto di merluzzo lessato al limone 80 gr.  
Carote lesse o al vapore 100 gr.  
Pane integrale 50 gr.  
Pera 150 gr.

Mercoledì



02.08.2013

Riso e fagioli (riso 40 gr. - fagioli 40 gr.)  
Frittata ( 1 uovo = 60 gr.)  
Lattuga 100 gr.  
Pane 50 gr.  
Yogurt magro alla frutta 125 gr.

Giovedì

Pasta e patate ( pasta 40 gr. - patate 40 gr.)  
Carne alla pizzaiola (carne 70 gr. - pomodoro quantità bastante)  
Lattuga 100 gr.  
Pane 50 gr.  
Arancia 150 gr.

Venerdì

Pasta e lenticchie ( pasta 40 gr. - lenticchie 40 gr.)  
Fesa di tacchino al limone 80 gr.  
lattuga 100 gr.  
Pane 50 gr.  
Banana 150 gr.

### Terza settimana

Lunedì

Minestrone con pasta e parmigiano ( pasta 40 gr. - minestrone di verdure 40 gr. - parmigiano 5 gr.)  
Prosciutto COTTO 70 gr  
Carote crude alla julienne 100 gr.  
Pane 50 gr.  
Mela 150 gr.

Martedì

Pasta pomodoro e parmigiano ( pasta 50 gr. - pomodoro quantità bastante - parmigiano 5 gr.)  
Ricotta di mucca 60 gr.  
lattuga 100 gr.  
Pane 50 gr.  
Arancia 150 gr.

Mercoledì

Pasta e ceci ( pasta 40 gr. - ceci 40 gr.)  
1 Uovo sodo = 60 gr.  
Lattuga 100 gr.  
Pane 50 gr.  
Yogurt magro alla frutta 125 gr.

Giovedì

Riso pomodoro e parmigiano ( riso 50 gr. - Pomodoro quantità bastante - parmigiano 5 gr.)  
bastoncini di merluzzo al forno  
Spinaci lessi o al vapore 100 gr.  
Pane 50 gr.  
Banana 150 gr.

Venerdì

Pasta e piselli ( pasta 40 gr. - piselli 40 gr.)  
Petto di tacchino 80 gr.  
Carote lesse o al vapore 100 gr.  
Pane 50 gr.  
Pera 150 gr.

### Quarta settimana

Lunedì

Minestrone con pasta e parmigiano ( pasta 40 gr. - minestrone di verdure 40 gr. - parmigiano 5 gr.)  
prosciutto cotto 70 gr  
Piselli 100 gr.  
Pane 50 gr.

22.08.2013



Arancia 150 gr. (\* oppure 2 mandaranci)

Martedì

Pasta al forno con pomodoro mozzarella e carne macinata ( pasta 40 gr. – mozzarella 40 gr. – carne macinata 50 gr.)

Lattuga 100 gr.

Pane integrale 50 gr.

Succo di frutta

Mercoledì

Riso e piselli ( riso 50 gr. – spinaci quantità bastante)

Frittata ( 1 uovo = 60 gr)

Garofani al vapore 100 gr.

Pane 50 gr.

Yogurt magro alla frutta 125 gr.

Giovedì

Pasta pomodoro e parmigiano ( pasta 50 gr. – pomodoro quantità bastante - parmigiano 5 gr.)

Coscioni di pollo al forno 80 gr.

purea di patate g. 100

Pane 50 gr.

Pera 150 gr.

Venerdì

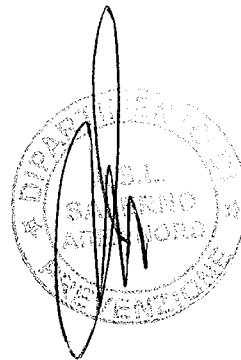
Pasta e fagioli ( pasta 40 gr. – fagioli 40 gr.)

Filetto di merluzzo lesso al limone 80 gr.

Spinaci lessi o al vapore 100 gr.

Pane 50 gr.

2 Kiwi 180 gr.



22.04.2013

