



Menu Scolastico Bosco Marengo

1' SETTIMANA

gg	MENU'
LUNEDI'	Riso allo zafferano o alle verdure Prosciutto cotto sgrassato senza polifosfati agg. Verdura cotta Frutta mista secondo la stagione
MARTEDI'	Minestrone di verdura legumi freschi 20g. Patate 40g. E pastina 20g. Arrostato o svizzera Purè Frutta
MERCOLEDI'	Pastasciutta al sugo di carne Sformato di verdure Verdura cruda Frutta
GIOVEDI'	Zuppa di legumi cereali misti Tranci da nasello al forno Verdura cotta Frutta
VENERDI'	Pasta in bianco Tacchino al forno Verdura cruda Frutta



FUNZIONARIO RESPONSABILE
(Firma Rag. Isabella)

Menu Scolastico Bosco Marengo 2006 7.xls





Menu Scolastico Bosco Marengo

2' SETTIMANA

99	MENU'
LUNEDI'	Pastasciutta al sugo di pomodoro Pesce diliscato al forno o al vapore Verdura cruda
MARTEDI'	Gnocchi (anche verdi) con sugo pomodoro o pesto o formaggio Frittata al forno con zucchine Verdura cotta
MERCOLEDI'	Minestrone di 30g. Riso, 40g. Papate, 120g. Piselli Polpette (40g. Carne + 20g. Prosciutto sgrassato) Insalata di verdura cotta
GIOVEDI'	Risotto con carne e zafferano Formaggio fresco Verdura cotta (ad es. cavolfiore grat. al forno)
VENERDI'	Zuppa di legumi (20g. e cereali 30g.) Spezzatino Patate al forno



FUNZIONARIO RESPONSABILE
(Rosini Rag. Isabella)

Menu Scolastico Bosco Marengo 2006 7.xls





Menu Scolastico Bosco Marengo

3' SETTIMANA

gg	MENU'
LUNEDI'	Riso alla zucca o al radicchio o alle erbette Petto di pollo agli aromi Verdura cruda
MARTEDI'	Pasta integrale biologica con ragù Formaggio fresco Verdura cotta
MERCOLEDI'	Crema di legumi (freschi) Pesce al forno Purè
GIOVEDI'	Pasta alle verdure Coscia di pollo Verdura cruda
VENERDI'	Gnocchi al pomodoro Polpettone Verdura cotta

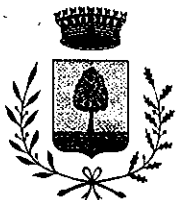
IL FUNZIONARIO RESPONSABILE



Masini Rag. Isabella)

Menu Scolastico Bosco Marengo 2006 7.xls





Menu Scolastico Bosco Marengo

4' SETTIMANA

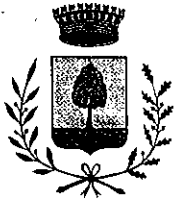
gg	MENU'
LUNEDI'	Pasta "paglia e fieno" al pomodoro Prosciutto crudo o bresaola Verdura cotta
MARTEDI'	Crema di fagioli con riso Frittata al forno con erbe Patate al forno
MERCOLEDI'	Pasta al pesto Milanese di tacchino al forno Verdura cruda
GIOVEDI'	Passato di verdura con pasta Spezzatino Patate al forno
VENERDI'	Risotto allo zafferano Pesce alla mugnaia Verdura cotta



FUNZIONARIO RESPONSABILE
Marini Rag. Isabella

Menu Scolastico Bosco Marengo 2006 7.xls



**COMUNE DI BOSCO MARENGO**

PAESE NATALE DI SAN PIO V

MENU' ESTIVO

In sostituzione delle minestre:

- Insalata di riso
- Pasta in insalata
- Pasta mimosa

In sostituzione di arrosto e purè:

- Insalata mista con uova o caprese

Si ritiene opportuno somministrare occasionalmente piatti unici a sorpresa tipo polenta con sugo di carne o formaggio, pasta al forno, pizza. Tali piatti ad eccezione della pizza saranno arricchiti con il parmigiano grattugiato, verranno accompagnati solo più dal contorno, pane (se gradito) e frutta.

Si propone il maggior numero di tipologie diverse di frutta e verdura disponibili sul mercato secondo la stagione.

La grammatura va adeguata nel modo seguente:

- Olio extravergine d'oliva: 15 g per pasto (= 3 cucchiaini)
- Parmigiano grattugiato 5 g per pasto (= 1 cucchiaino)
- Pane senza grassi 30 g
- Carne magra 50 g oppure pesce diliscato 70 g

Le grammature potranno essere leggermente variate a seconda del singolo caso.

Per quel che riguarda le merende:

MERENDE INVERNALI

- Pane con prosciutto sgrassato + the deteinato
- Succo di frutta biologico senza zucchero con biscotti tipo frollini o crackers
- Pane con crema di cioccolato e nocchie+ the deteinato
- The con miele con pane e marmellata non zuccherata
- Trancio di torta + the deteinato
- Banana

MERENDE ESTIVE

- Yogurt intero alla frutta
- Focaccia bianca
- Pane con crema di cioccolato e nocchie
- The al limone con miele e biscotti secchi
- Budino o gelato alla frutta
- Trancio di torta.



**COMUNE DI BOSCO MARENGO**

PAESE NATALE DI SAN PIO V

BAMBINI ETA COMPRESA TRA 3 E 6 ANNI (SCUOLA MATERNA)**TABELLA DIETETICA : GRAMMATURE O UNITA' INDICATIVE PER PORZIONE**

ALIMENTI	PORZIONE
Pasta o riso o altri cereali asciutti (g)	50
Pasta o riso o altri cereali in brodo (g)	20/30
Pasta ripiena asciutta (g)	80/90
Pasta ripiena in brodo (g)	40/50
Gnocchi di patate (g)	140/150
Farina di mais per polenta (g)	50
Semola per gnocchi alla romana (g)	50
Farina per base della pizza (g)	50
Pane bianco (g)	40
Pane integrale (g)	50
Pane per crostini (g)	20/25
Patate per contorno (g)	100/120
Patate per purè (g)	90
Patate per minestrone e passati di verdura (g)	30/40
Legumi freschi per primo piatto asciutto (g)	20
Legumi secchi per primo piatto asciutto (g)	5/10
Legumi freschi per primo piatto in brodo (g)	60
Legumi secchi per primo piatto in brodo (g)	20
Legumi freschi per contorno (g)	80/90
Legumi secchi per contorno (g)	25/30
Carne magra (g)	50
Carne per polpette (g)	40
Carne per ragù (g)	15/20
Pesce magro fresco (g)	70
Pesce magro surgelato (g)	80/90
Tonno in scatola sgocciolato per pietanza (g)	60
Tonno per primo piatto (g)	20
Prosciutto cotto sgrassato (g)	40
Prosciutto crudo e bresaola (g)	30/40
Uova per pietanza (unità)	n. 1
Formaggi freschi (g)	40/50
Mozzarella per pizza (g)	30
Formaggi stagionati (g)	30/40
Parmigiano grattugiato per primo piatto (g)	5
Ricotta vaccina (g)	80
Verdure crude o cotte (g)	Quantità libera
Frutta fresca (g)	120
Olio extravergine totale (per il pranzo) (g)	15 (3 cucchiaini)
Burrino sostituzione di 5g di olio (g)	6/7

CAPI UFFICIALE RESPONSABILE
Rosalia Isabella

**COMUNE DI BOSCO MARENGO**

DAMIANI ETA COMPRESA TRA 6 E 11 ANNI (SCUOLA ELEMENTARE)

TABELLA DIETETICA : GRAMMATURE O UNITA' INDICATIVE PER PORZIONE

ALIMENTI	PORZIONE
Pasta o riso o altri cereali asciutti (g)	60/70
Pasta o riso o altri cereali in brodo (g)	30
Pasta ripiena asciutta (g)	100
Pasta ripiena in brodo (g)	50
Gnocchi di patate (g)	160
Farina di mais per polenta (g)	60/70
Semola per gnocchi alla romana (g)	60/70
Farina per base della pizza (g)	60
Pane bianco (g)	50
Pane integrale (g)	60
Pane per crostini (g)	25/30
Patate per contorno (g)	150
Patate per purè (g)	120
Patate per minestrone e passati di verdura (g)	30/40
Legumi freschi per primo piatto asciutto (g)	20/30
Legumi secchi per primo piatto asciutto (g)	5/10
Legumi freschi per primo piatto in brodo (g)	70
Legumi secchi per primo piatto in brodo (g)	25
Legumi freschi per contorno (g)	100/120
Legumi secchi per contorno (g)	35/40
Carne magra (g)	70
Carne per polpette (g)	60
Carne per ragù (g)	20
Pesce magro fresco (g)	90
Pesce magro surgelato (g)	100/110
Tonno in scatola sgocciolato per pietanza (g)	60/70
Tonno per primo piatto (g)	25
Prosciutto cotto sgrassato (g)	60
Prosciutto crudo e bresaola (g)	50
Uova per pietanza (unità)	n. 1-1 ½
Formaggi freschi (g)	50/60
Mozzarella per pizza (g)	50
Formaggi stagionati (g)	40
Parmigiano grattugiato per primo piatto (g)	10
Ricotta vaccina (g)	100
Verdure crude o cotte (g)	Quantità libera
Frutta fresca (g)	150
Olio extravergine totale (per il pranzo) (g)	20 (4 cucchiaini)
Burro in sostituzione di 5g di olio (g)	6/7

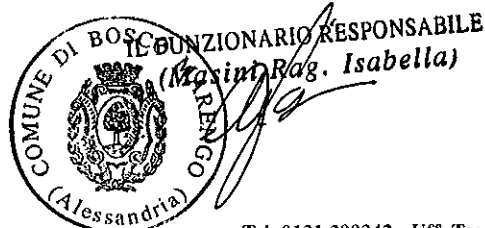
FUNZIONARIO RESPONSABILE
(Masini Rag. Isabella)

**COMUNE DI BOSCO MARENGO**

IRINI ETA COMPRESA TRA 11 E 14 ANNI (SCUOLA MEDIA)

TABELLA DIETETICA : GRAMMATURE O UNITA' INDICATIVE PER PORZIONE

ALIMENTI	PORZIONE
Pasta o riso o altri cereali asciutti (g)	80
Pasta o riso o altri cereali in brodo (g)	35
Pasta ripiena asciutta (g)	120-130
Pasta ripiena in brodo (g)	60
Gnocchi di patate (g)	180
Farina di mais per polenta (g)	80
Semola per gnocchi alla romana (g)	80
Farina per base della pizza (g)	70
Pane bianco (g)	60
Pane integrale (g)	70
Pane per crostini (g)	30/35
Patate per contorno (g)	180
Patate per purè (g)	150/160
Patate per minestrone e passati di verdura (g)	40/50
Legumi freschi per primo piatto asciutto (g)	30
Legumi secchi per primo piatto asciutto (g)	10
Legumi freschi per primo piatto in brodo (g)	40/50
Legumi secchi per primo piatto in brodo (g)	15
Legumi freschi per contorno (g)	130/150
Legumi secchi per contorno (g)	40/50
Carne magra (g)	100
Carne per polpette (g)	80
Carne per ragù (g)	25
Pesce magro fresco (g)	120
Pesce magro surgelato (g)	130/140
Tonno in scatola sgocciolato per pietanza (g)	80
Tonno per primo piatto (g)	25
Prosciutto cotto sgrassato (g)	90
Prosciutto crudo e bresaola (g)	70
Uova per pietanza (unità)	n. 2
Formaggi freschi (g)	80
Mozzarella per pizza (g)	60/70
Formaggi stagionati (g)	60
Parmigiano grattugiato per primo piatto (g)	10
Ricotta vaccina (g)	150
Verdure crude o cotte (g)	Quantità libera
Frutta fresca (g)	150/200
Olio extravergine totale (per il pranzo) (g)	25 (5 cucchiaini)
Burro in sostituzione di 5g di olio (g)	6/7



**COMUNE DI BOSCO MARENGO**

PAESE NATALE DI SAN PIO V

MERENDE:

caratteristiche dei prodotti da utilizzare e grammature di riferimento

Scuola Materna

- Succo di frutta biologico e senza zucchero aggiunto (125g) con biscotti secchi (25g) o biscotti tipo frollini (20g) o fette biscottate senza zucchero aggiunto (2-3)
- The deteinato con miele (5g) con pane (30g) e marmellata biologica non zuccherata (20g) o miele (15g)
- The deteinato con miele (5g) con pane (25g) e crema di nocciole (15g)
- The deteinato con miele (5g) con pane (30g) e prosciutto cotto sgrassato (20g)
- The deteinato con miele (5g) con merendina di pan di spagna al latte o alla marmellata (25g)
- Yogurt intero alla frutta (125g)
- Gelato fior di latte (70g) o alla frutta (100g)
- Budino (125g)
- Frutta (120g) con fette biscottate (2-3)

Scuola Elementare

- Succo di frutta biologico e senza zucchero aggiunto (125g) con biscotti secchi (35g) o biscotti tipo frollini (30g) o fette biscottate senza zucchero aggiunto (3-4)
- The deteinato con miele (5g) con pane (40g) e marmellata biologica non zuccherata (30g) o miele (20g)
- The deteinato con miele (5g) con pane (30g) e crema di nocciole (20g)
- The deteinato con miele (5g) con pane (40g) e prosciutto cotto sgrassato (30g)
- Succo di frutta biologico e senza zucchero aggiunto (125g) con merendina di pan di spagna al latte o alla marmellata (25g)
- Yogurt intero alla frutta (125g) con fette biscottate senza zucchero aggiunto (2-3)
- Gelato fior di latte (80-90g) o alla frutta (130g)
- Budino (150g)
- Frutta (150g) con fette biscottate senza zucchero aggiunto (3-4)

Scuola Media

- Succo di frutta biologico e senza zucchero aggiunto (125g) con biscotti secchi (35-40g) o biscotti tipo frollini (30-35g) o fette biscottate senza zucchero aggiunto (4-5)
- The deteinato con miele (5g) con pane (40-45g) e marmellata biologica non zuccherata (30-35g) o miele (20-25g)
- The deteinato con miele (5g) con pane (30g) e crema di nocciole (20g)
- The deteinato con miele (5g) con pane (40-45g) e prosciutto cotto sgrassato (30g)
- Succo di frutta biologico e senza zucchero aggiunto (125g) con merendina di pan di spagna al latte o alla marmellata (25g) o crostatina alla marmellata (30-35g)
- Yogurt intero alla frutta (125g) con fette biscottate senza zucchero aggiunto (3-4)
- Gelato fior di latte (90-100g) o alla frutta (130-140g)
- Budino (150g)
- Frutta (150-200g) con fette biscottate senza zucchero aggiunto (3-4)



FUNZIONARIO RESPONSABILE

Massim Rag. Isabella