

**SCUOLA DELL'INFANZIA PARITARIA
"ORSOLINE DI MARIA IMMACOLATA"**

MENU PRIMAVERA - ESTATE A.S. 2024/2025

	1° SETTIMANA	2° SETTIMANA	3° SETTIMANA	4° SETTIMANA
LUNEDI'	<ul style="list-style-type: none"> ♦ MALLOREDDUS AL POMODORO E BASILICO 1 ♦ FRITTATA DI ZUCCHINE AL FORNO 1-3-7 ♦ FAGIOLINI O INSALATA VERDE 	<ul style="list-style-type: none"> ♦ PASTA CON OLIO E PARMIGIANO 1-7 ♦ SCALOPPINA DI TACCHINO AL LIMONE 1-7 ♦ SPINACI CON OLIO E PARMIGIANO ♦ O POMODORI 7 	<ul style="list-style-type: none"> ♦ INSALATA DI RISO 7-4 ♦ COTOLETTA DI POLLO IMPANATA AL FORNO 1-3 ♦ INSALATA 	<ul style="list-style-type: none"> ♦ FUSILLI AL SUGO 1 ♦ FORMAGGIO PERETTA 7 O PROSCIUTTO COTTO ♦ CETRIOLI E POMODORI
MARTEDI'	<ul style="list-style-type: none"> ♦ PENNETTE CAPRESE 1-7-4 ♦ STRACCETTI DI POLLO AL FORNO CON POMODORO ♦ INSALATA VERDE 	<ul style="list-style-type: none"> ♦ PASTA PRIMAVERA 1 ♦ MOZZARELLA 7 ♦ VERDURA MISTA 	<ul style="list-style-type: none"> ♦ MEZZE PENNE ALLA GENOVESE 1-8-3-7 ♦ FRITTATA DI SPINACI AL FORNO 1-3 ♦ POMODORI 	<ul style="list-style-type: none"> ♦ DITALI OLIO E PARMIGIANO 1-7 ♦ LONZA DI MAIALE IN UMIDO ♦ FAGIOLINI CONDITI OLIO EVO
MERCOLEDI'	<ul style="list-style-type: none"> ♦ RISOTTO CON ZUCCHINE ♦ FORMAGGIO DOLCE SARDO 7 ♦ CAROTE IN UMIDO 	<ul style="list-style-type: none"> ♦ PIZZA 1-7 ♦ PROSCIUTTO COTTO S/POLIFOSFATI ♦ INSALATA MISTA 	<ul style="list-style-type: none"> ♦ RAVIOLI AL SUGO 1-7 ♦ FORMAGGIO PERETTA 7 ♦ CAROTE CONDITE OLIO EVO 	<ul style="list-style-type: none"> ♦ RISOTTO PRIMAVERA ♦ UOVO BIO STRAPAZZATO 3 ♦ INSALATA VERDE
GIOVEDI'	<ul style="list-style-type: none"> ♦ VELLUTATA DI PATATE E CAROTE CON PASTINA 1 ♦ POLPETTE DI MANZO AL SUGO (AL FORNO) 1-3-7 ♦ INSALATA VERDE 	<ul style="list-style-type: none"> ♦ CREMA DI VERDURA CON PASTA 1-9 ♦ SPEZZATINO DI VITELLO O TACCHINO ♦ PATATE AL FORNO 	<ul style="list-style-type: none"> ♦ CREMA DI LENTICCHIE CON FREGOLA 1-9 ♦ POLPETTE AL SUGO 1-3-7 ♦ PATATE CONDITE OLIO EVO 	<ul style="list-style-type: none"> ♦ CREMA DI VERDURA CON PASTA 1-9 ♦ SCALOPPINE O SOVRACOSCE AL FORNO ♦ PUREA DI PATATE
VENERDI'	<ul style="list-style-type: none"> ♦ FARFALLE AL POMODORO 1 ♦ TONNO 4 ♦ RICCIOLI DI FINOCCHIO 	<ul style="list-style-type: none"> ♦ PENNETTE AL POMODORO 1 ♦ BASTONCINI DI MERLUZZO 1-4* ♦ CAROTE JULIENNE 	<ul style="list-style-type: none"> ♦ PIPETTE AL POMODORO 1 ♦ PLATESSA O SOGLIOLA DORATA AL FORNO 1-3-4* ♦ INSALATA VERDE 	<ul style="list-style-type: none"> ♦ PASTA AL POMODORO E BASILICO 1 ♦ FILETTI DI MERLUZZO IMPANATI AL FORNO 1-3-4* ♦ CAROTE TRIFOLATE

OGNI GIORNO: A pranzo pane comune e frutta di stagione. Occasionalmente in sostituzione della frutta verrà dato il budino o lo yogurt alla frutta.

Le grammature delle porzioni sono tratte dalla tabella dietetica delle *Linee guida della Regione Sardegna*

Per i condimenti utilizziamo olio extravergine di oliva sempre crudo e poco sale iodato, parmigiano.

Gli alimenti utilizzati per preparare i pasti possono contenere **sostanze allergeniche ai sensi del Reg. UE 1169/2011** (si rimanda alla **Lista degli allergeni presenti nell'Allegato II) - Prodotto surgelato ***

*Scuola dell'Infanzia Paritaria
"Orsoline di Maria Immacolata"
via XX Settembre n° 154
07041 Alghero SS
Tel. e Fax 079953180
e-mail orsolinealghero@tiscali.it*

GRAMMATURE DELLE PORZIONI SCUOLA INFANZIA	
Pasta/Riso	Grammi 50/60
Brodo di carne o vegetale	Con 30 grammi di pastina
Passati di verdura o di legumi	Verdure 150 grammi con 25 grammi di pastina Legumi secchi 30 grammi con 25 grammi di pastina
Pizza margherita	Grammi 80/100
Formaggi freschi molli /Mozzarella	Grammi 50/60
Salumi	Salumi 40 grammi
Carne	Grammi 50/60
Pesce	Grammi 60/70
Frittata di verdura e contorni cotti	1 uovo a bambino Verdure cotte 100 grammi
Insalata verde / carote / pomodori / finocchi	Grammi 50/60
Patate fritte	Grammi 70/80
Olio EVO (condimento)	Grammi 15
Formaggio grattugiato (condimento)	Grammi 6/7
Pane	Grammi 40
Frutta di stagione	Grammi 100/120

*Scuola dell'Infanzia Paritaria
"Orsoline di Maria Immacolata"
via XX Settembre n° 154
07041 Alghero SS
Tel. e Fax 079953180
e-mail orsolinealghero@tiscali.it*

Ingredienti contenuti nei seguenti pasti:

- ✓ Pennette caprese: pomodoro, mozzarella, tonno
- ✓ Insalata di riso: pomodoro, mozzarella, tonno
- ✓ Pasta / risotto primavera: zucchine, carote e pomodori
- ✓ Ravioli: ricotta e spinaci
- ✓ Polpette: macinato di manzo, uova, parmigiano e pane grattugiato
- ✓ Scaloppine: farina e burro