



MENU SCOLASTICO estivo 2018-2019 definitivo

Dott. VINCENZO CAPILUPI

MEDICO CHIRURGO

Spec. in Scienza dell'Alimentazione ad Indir. Dietetic
 Presidente Regionale SIAS
 Docente in Dietofarmacia Università Magna Graecia
 Via B. Gesù, 14 Tel. 0961/716330 Via B. da Seminara, 9/A
 30100 SANZANO (Molise) vincenzocapilupi@libero.it

08 APRILE 2019-31 OTTOBRE 2019

SCUOLA MATERNA, PRIMARIA
 COMUNE DI ROCCA DI PAPA - ROMA-

giorno	descrizione del piatto	infanzia		giorno	descrizione del piatto	infanzia		giorno	descrizione del piatto	infanzia		giorno	descrizione del piatto	infanzia	
		gr.	gr.			gr.	gr.			gr.	gr.			gr.	gr.
Lunedì	pizza margherita	100	130	Lunedì	pasta in bianco	50	80	Lunedì	risotto al pomodoro e pisce	60	70	Lunedì	pasta con legumi	50	80
	prosciutto cotto	15	20		cotoletta di pollo al forno	70	100		frittata con zucchine	70	90		tacchino arrosto	40	50
	pomodori	100	120		fagiolini	100	120		insalata	80	100		pomodori	80	100
	frutta	150	150		frutta	150	150		frutta	150	150		frutta	150	150
	pane	20	30		pane	40	50		pane	40	50		pane	40	50
Martedì	riso al pomodoro	60	70	Martedì	pasta e fagioli	50	80	Martedì	pasta fredda	40	70	Martedì	pasta in bianco	50	80
	filetto di pesce	100	130		formaggio	30	50		filetto di pesce	100	130		spezzatino di bovino	70	100
	fagiolini	100	120		zucchine	100	120		patate	80	100		spinaci	100	120
	frutta	150	150		frutta	150	150		frutta	150	150		frutta	150	150
	pane	40	50		pane	40	50		pane	40	50		pane	40	50
Mercoledì	pasta al pesto	50	80	Mercoledì	gnocchi al pomodoro	130	150	Mercoledì	pasta con zucchine	50	80	Mercoledì	pasta al pesto	50	80
	spezzatino di bovino	70	100		prosciutto cotto	40	50		arista al limone	70	90		formaggio	30	50
	spinaci	80	100		spinaci	100	120		carote	80	100		insalata	80	90
	frutta	150	150		frutta	150	150		frutta	150	150		frutta	150	150
	pane	40	50		pane	30	40		pane	40	50		pane	40	50
Giovedì	minestrina di verdure	20	30	Giovedì	risotto alla zucca	50	80	Giovedì	ravioli al pomodoro	80	100	Giovedì	pasta al pomodoro	40	70
	frittata con patate	80	100		bocconcini di pollo pan.	70	100		formaggio	30	50		bocconcini di pollo alla cacc.	70	100
	carote	100	120		insalata	80	100		fagiolini	30	50		patate	80	100
	frutta	150	150		frutta	150	150		frutta	150	150		frutta	150	150
	pane	40	50		pane	40	50		pane	40	50		pane	20	30
Venerdì	pasta al pomodoro	50	80	Venerdì	pasta al pomodoro	50	80	Venerdì	pizza margherita	100	130	Venerdì	pasta al tonno	50	80
	formaggio	30	50		bastoncini di pesce	100	130		prosc.cotto	15	20		croccole di pesce	80	100
	zucchine	80	100		pomodori	80	100		piselli	100	120		fagiolini	80	100
	frutta	150	150		frutta	150	150		frutta	150	150		frutta	150	150
	pane	40	50		pane	40	50		pane	20	30		pane	40	50

