



CITTA' di ALTAMURA

Provincia di Bari

Settore 6° - Pubblica Istruzione, Assistenza Scolastica

1^ SETTIMANA		
GIORNO	ALIMENTI	QUANTITA'(grammi)
LUNEDI'		
	Riso	70
	* Zucca	30
	Olio (5 gr.x il 1° piatto, 5 gr.x il 2°piatto e contorno)	10
	Parmigiano	5
	Fuso di pollo	60
	Carote lesse	80
	Pane	40
	Frutta	150
MARTEDI'		
	Pasta al pomodoro	80 + 30
	Olio (5 gr. x il 1° piatto, 5gr.x il 2°piatto e contorno)	10
	Parmigiano	5
	Mozzarella	50
	Insalata mista con carote, sedano ecc..	70
	Pane	40
	Frutta	150
MERCOLEDI'		
	Pasta	60
	* Legumi	30
	Olio (5 gr. x il 1° piatto, 5gr.x il 2°piatto e contorno)	10
	Prosciutto cotto	40
	Patate al forno con rosmarino	100
	Treccia con zucchero	50
GIOVEDI'		
	Riso al pomodoro fresco o pelato	
	Riso	80
	pomodoro	30
	Olio (5 gr. x il 1° piatto, 5gr.x il 2°piatto e contorno)	10
	Parmigiano	5
	* Formaggio primo sale o tipo Filadelfia mono porz.	40 (peso complessivo)
	Insalata di pomodori	60
	Olio	5
	Pane	40
	Frutta	150
VENERDI'		
	Pastina in brodo vegetale	
	Pastina	70
	Olio (5 gr. x il 1° piatto, 5gr.x il 2°piatto e contorno)	10
	Brodo vegetale (carote,zucchine,sedano,cipolla patate)	20
	Parmigiano	5
	Platessa impanata	60
	Insalata verde	70
	Pane	40
	yogurt	125
<p>*Si deve alternare somministrando 1 settimana il formaggio primo sale ed 1 settimana il formaggio tipo Filadelfia.</p> <p>*La Zucca, da Aprile, sarà sostituita con lo stesso quantitativo di zucchine perché non più buona, in quanto contiene molti germogli.</p> <p>*I legumi dovranno essere somministrati in modo alternato nelle sette settimane fra: ceci – fagioli – lenticchie.</p>		



CITTA' di ALTAMURA

Provincia di Bari

Settore 6° - Pubblica Istruzione, Assistenza Scolastica

2^ SETTIMANA		
GIORNO	ALIMENTI	QUANTITA'
LUNEDI'		
	Riso al pomodoro	80
	pomodoro	30
	Olio (5 gr. x il 1° piatto, 10gr.x il 2°piatto e contorno)	10
	Parmigiano	5
	Polpette di carne	70
	Carne tritata di manzo	50
	1 Uovo- formaggio e pan grattato	q.b.
	Insalata di pomodori	60
	Treccia con zucchero	50
MARTEDI'		
	Pasta	70
	Legumi	30
	Olio (5 gr. x il 1° piatto, 5gr.x il 2°piatto e contorno)	10
	Formaggio primo sale	80
	Insalata	70
	Pane	40
	Frutta	150
MERCOLEDI'		
	Lasagne al forno a porzione	150
	lasagne	60
	Pomodori pelati	60
	Tritato di bovino adulto	30
	Olio (5 gr. x il 1° piatto, 5gr.x il 2°piatto e contorno)	10
	Parmigiano	5
	Scamorza	20
	Carote lesse	70
	Prosciutto (seconda portata)	40
	Pane	40
	Frutta	150
GIOVEDI'		
	Pasta con zucchine	
	Zucchine	50
	pasta	70
	Olio (. x il 1° piatto e.x il 2°piatto e contorno)	10
	Parmigiano (5 gr.x il 1° piatto, 5 gr. x il 2° piatto)	5
	Cotoletta di vitello	70
	Uova	q.b.
	Pane grattato	q.b.
	Insalata	70
	Pane	40
	Frutta	150
VENERDI'		
	Pasta e minestrone	
	Pasta	70
	Minestrone(zucchine,carote,patate ,bietole)	30
	Olio (5 gr. x il 1° piatto, 5gr.x il 2°piatto e contorno)	10
	Parmigiano	5
	polpette di nasello impanate al forno	60
	Uova- formaggio e p.grattato	q.b.
	Insalata verde	70
	pane	40
	yogurt	125



CITTA' di ALTAMURA

Provincia di Bari

Settore 6° - Pubblica Istruzione, Assistenza Scolastica

3^ SETTIMANA		
GIORNO	ALIMENTI	QUANTITA'
LUNEDI'		
	Riso	80
	piselli	30
	Olio (. x il 1° piatto e.x il 2°piatto e contorno)	10
	Mozzarella	50
	Carote lesse	80
	Treccia con zucchero	50
MARTEDI'		
	Pasta al pomodoro	
	pasta	70
	pomodoro	40
	Olio (. x il 1° piatto e .x il 2°piatto e contorno)	10
	Parmigiano	10
	Polpette al sugo	70
	Carne tritata di manzo	50
	1 Uovo- formaggio e pan grattato	q.b.
	Insalata verde	70
	Pane	40
	Frutta	150
MERCOLEDI'		
	pasta	70
	legumi	30
	Olio (x il 1° piatto e .x il 2°piatto e contorno)	20
	Straccetti di platessa	50
	Insalata di pomodori	60
	Pane	40
	Frutta	150
GIOVEDI'		
	Lasagne al forno	150
	lasagne	60
	Pomodori pelati	60
	Tritato di vitello	30
	Olio (5 gr. x il 1° piatto, 5gr.x il 2°piatto e contorno)	10
	Parmigiano	10
	Scamorza	20
	Insalata mista con carote	70
	Prosciutto cotto (come seconda portata)	40
	Pane	40
	Frutta	150
VENERDI'		
	Pasta con brodo vegetale	
	Olio (5 gr. x il 1° piatto, 5gr.x il 2°piatto e contorno)	10
	Pasta	70
	Verdure miste (carote,zucchine,sedano,cipolla patate)	30
	Parmigiano	10
	Cotoletta di pollo	60
	Insalata di pomodori	60
	pane	40
	yogurt	125



CITTA' di ALTAMURA

Provincia di Bari

Settore 6° - Pubblica Istruzione, Assistenza Scolastica

4^ SETTIMANA		
GIORNO	ALIMENTI	QUANTITA(grammi)
LUNEDI'		
	Fusilli al tonno	
	fusilli	80
	tonno	20
	pomodoro	40
	Olio (x il 1° piatto e x il 2°piatto e contorno)	10
	Crocchette di merluzzo	60
	Uovo -formaggio e pan grattato	q.b.
	Insalata di pomodori	60
	Pane	40
	Frutta	125
MARTEDI'		
	Pasta al pomodoro	
	Pasta	80
	pomodoro	30
	Olio. x il 1° piatto e.x il 2°piatto e contorno	10
	Parmigiano	5
	cotoletta di tacchino	60
	Pan grattato e uovo	q.b.
	Carote al vapore	80
	Treccia con zucchero	50
MERCOLEDI'		
	Pasta	60
	legumi	30
	Olio (x il 1° piatto e .x il 2°piatto e contorno)	10
	Frittata (1 uovo + 10gr formaggio + pan grattato q.b.)	90
	Insalata verde	70
	Pane	40
	Frutta	150
GIOVEDI'		
	Risotto agli spinaci	
	riso	80
	spinaci	30
	Olio (x il 1° piatto e .x il 2°piatto e contorno)	10
	Parmigiano	5
	Arrostato di vitello al forno	60
	Insalata verde	70
	Pane	40
	Frutta	150
VENERDI'		
	Pasta e minestrone	
	Pasta	70
	Minestrone(zucchine,carote,patate ,bietole)	30
	Olio (x il 1° piatto e.x il 2°piatto e contorno)	10
	Parmigiano	5
	Mozzarella	60
	Patate al forno	100
	pane	40
	yogurt	125



CITTA' di ALTAMURA

Provincia di Bari

Settore 6° - Pubblica Istruzione, Assistenza Scolastica

	5° SETTIMANA	
GIORNO	ALIMENTI	QUANTITA'(grammi)
LUNEDI'		
	Pasta e patate	
	Pasta	60
	patate	60
	Olio (5 gr. x il 1° piatto, 5gr.x il 2°piatto e contorno)	10
	Parmigiano	5
	Prosciutto cotto	50
	insalata	70
	Pane	40
	Frutta	150
MARTEDI'		
	Pasta	80
	pomodoro	30
	Olio (5 gr. x il 1° piatto, 5gr.x il 2°piatto e contorno)	10
	Tortino di patate	150
	Patate	100
	prosciutto	20
	scamorza	20
	1 Uovo - formaggio e pangrattato	q.b.
	Treccia allo zucchero	50
MERCOLEDI'		
	Pasta	70
	Legumi	30
	Olio (5 gr. x il 1° piatto, 5gr.x il 2°piatto e contorno)	10
	Cotoletta di vitello	60
	Insalata	70
	pane	40
	Frutta	150
GIOVEDI'		
	Pasta al pomodoro fresco o pelato	
	pasta	80
	pomodoro	30
	Olio (5 gr. x il 1° piatto, 5gr.x il 2°piatto e contorno)	10
	Parmigiano	5
	Straccetti di platessa impanati al forno	60
	Insalata di pomodori	70
	Pane	40
	Frutta	150
VENERDI'		
	Pasta con passato di verdure	
	Olio (5 gr. x il 1° piatto, 5gr.x il 2°piatto e contorno)	10
	Pasta	70
	Verdure miste (carote,zucchine,sedano,cipolla patate)	30
	Parmigiano	10
	Scamorza o formaggio primo sale	50
	Fagiolini al limone	60
	pane	40
	yogurt	125



CITTA' di ALTAMURA

Provincia di Bari

Settore 6° - Pubblica Istruzione, Assistenza Scolastica

6° SETTIMANA		
GIORNO	ALIMENTI	QUANTITA'(grammi)
LUNEDI'		
	Risotto con zucchine	
	Riso	70
	Zucchine	40
	Olio (5 gr. x il 1° piatto, 5gr.x il 2°piatto e contorno)	10
	mozzarella	60
	insalata	70
	Pane	40
	Frutta	150
MARTEDI'		
	Lasagne al forno	150
	lasagne	60
	Pomodori pelati	60
	Tritato di vitello	30
	Olio (5 gr. x il 1° piatto, 5gr.x il 2°piatto e contorno)	10
	Parmigiano	10
	Scamorza	20
	Insalata verde	70
	Prosciutto cotto	40
	Pane	40
	Frutta	150
MERCOLEDI'		
	Pasta e legumi	
	pasta	60
	legumi	30
	Olio (5 gr. x il 1° piatto, 5gr.x il 2°piatto e contorno)	10
	Frittata	90 a porzione
	uovo	1
	Parmigiano	10
	Pane grattugiato .	q.b
	Insalata di pomodori	60
	Treccia con zucchero	50
GIOVEDI'		
	Pasta alla pizzaiola	
	Pomodoro fresco	50
	pasta	70
	Olio (.5 x il 1° piatto e.5 x il 2°piatto e contorno)	10
	Parmigiano (5 gr.x il 1° piatto, 5 gr. x il 2° piatto)	10
	Straccetti di manzo in umido	60
	Patate al forno con rosmarino	100
	Pane	40
	frutta	150
VENERDI'		
	Pastina	70
	Brodo vegetale con verdure miste	20
	Olio (5 gr. x il 1° piatto, 5gr.x il 2°piatto e contorno)	10
	Parmigiano	10
	Platessa impanata al forno	70
	Pan grattato .	q.b.
	Carote lesse	80
	Pane	40
	yogurt	125



CITTA' di ALTAMURA

Provincia di Bari

Settore 6° - Pubblica Istruzione, Assistenza Scolastica

7° SETTIMANA

GIORNO	ALIMENTI	QUANTITA'(grammi)
LUNEDI'		
	Risotto con carote e prosciutto	
	Riso	70
	carote	40
	Prosciutto cotto (tritato in giornata)	15
	Olio (5 gr. x il 1° piatto, 5gr.x il 2°piatto e contorno)	10
	Cotoletta di petto di tacchino agli aromi	60
	Insalata verde	70
	Pane	40
	Frutta	150
MARTEDI'		
	Pasta e legumi	
	pasta	60
	legumi	30
	Olio (5 gr. x il 1° piatto, 5gr.x il 2°piatto e contorno)	10
	Frittata	90 a porzione
	1 Uovo formaggio e Pane grattugiato q.b.	q.b.
	Insalata di pomodori	60
	Treccia con zucchero	50
MERCOLEDI'		
	Pastina	70
	Brodo vegetale con verdure miste	20
	Olio (5 gr. x il 1° piatto, 5gr.x il 2°piatto e contorno)	10
	Parmigiano	5
	Crocchette di platessa impanate al forno	60
	Uovo formaggio e pan grattato .	q.b.
	Carote lesse	80
	Pane	40
	Frutta	150
GIOVEDI'		
	Lasagne al forno	150
	lasagne	60
	Pomodori pelati	30
	Tritato di vitello	30
	Olio (5 gr. x il 1° piatto, 5gr.x il 2°piatto e contorno)	10
	Parmigiano	10
	Scamorza	20
	Insalata verde	70
	Prosciutto cotto	40
	Pane	40
	Frutta	150
VENERDI'		
	Pasta al pomodoro	
	Pomodoro fresco o pelato	50
	pasta	70
	Olio (.5 x il 1° piatto e .5 x il 2°piatto e contorno)	10
	Parmigiano (5 gr.x il 1° piatto, 5 gr. x il 2° piatto)	10
	Polpette al sugo	70
	carne tritata di manzo	50
	1 Uovo e pan grattato e formaggio	q.b.
	Insalata	70
	Pane	40
	yogurt	125