



AOO gg/mm/aaaa N°. protocollo

ASLRME 1 09072012 0029828



DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
U.O.C. S.I.A.N.
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE

Prot. n° 960 UOS 3°

Roma, 09/07/2012
Alla Responsabile della Struttura
Dr.ssa Valeria Salvatore

Oggetto: **VALUTAZIONE NUTRIZIONALE TABELLE DIETETICHE**

Istanza prot.: 0017208..... del: 19/04/2012.....

Attività di Ristorazione Collettiva: ASILO NIDO "IL FIORE SULLA NUVOLETTA".....

Sita in: VIA PIO SPACCAMELA, 10.....

Titolare: SALVATORE VALERIA.....

Fascia d'età utenza servita: 1 – 3 anni.....

La valutazione delle tabelle dietetiche presentate è stata eseguita avendo come riferimenti scientifici i LARN'96 della SINU, le Tabelle di composizione degli alimenti e Le Linee Guida per una Sana Alimentazione Italiana dell'INRAN.

Sono stati presi in considerazione i parametri sotto riportati.

PARAMETRI ESAMINATI	Adeguito	Non adeguato
Distribuzione percentuale totale giornaliera nei pasti esaminati dell'energia totale	X	
Apporto calorico giornaliero	X	
Apporto calorico medio di macronutrienti	X	
Apporto calorico medio di micronutrienti	X	
Variabilità settimanale degli alimenti	X	
Variabilità settimanale riferita a frutta e verdura	X	

OSSERVAZIONI:

PARERE CONCLUSIVO: FAVOREVOLE.....

LA DIETISTA
Dr.ssa Bruna Garbuio

IL DIRETTORE U.O.C.
Dr. Mauro Mazzoni



MENU'/TABELLE DIETETICHE

L'elaborazione dei menù prevede una dieta bilanciata e varia che tiene conto delle capacità digestive di ciascun bambino, delle possibili abitudini religiose e delle eventuali allergie e intolleranze, che i genitori ci comunicheranno al momento dell'iscrizione, nonché della stagionalità e delle tradizioni locali.

I menù de "Il Fiore sulla nuvoletta" sono stati elaborati dalla Nutrizionista presente nella struttura (Dott.ssa Valeria Salvatore), nel rispetto delle normative nazionali e dei L.A.R.N. (Livelli di Assunzione Raccomandati di Energia e Nutrienti per la popolazione italiana) proposti dal I.N.R.A.N. (Istituto Nazionale per la Ricerca degli alimenti e della nutrizione), che forniscono indicazioni sia sul tipo di alimento da proporre ai bambini nelle varie fasce d'età sia la quantità (grammatura) consigliata di ciascuno in accordo con i fabbisogni nutrizionali.

Proponiamo quattro menù, uno per ogni stagione dell'anno, in modo da favorire l'utilizzo di prodotti di stagione e di considerare il gradimento di una pietanza piuttosto che di un'altra a seconda del periodo in cui ci si trova (ciò dipende infatti dal clima, dalle ore di luce, dal bioritmo specifico di ciascuno di noi durante l'anno, ecc).

I menù sono sempre composti da:

- primo piatto
- secondo piatto
- contorno
- pane

La frutta verrà proposta ogni giorno ai bambini durante lo spuntino della mattina e sarà frutta di stagione sbucciata e tagliata a pezzetti, succo di frutta o frullato.

I menù prevedono anche alcuni piatti unici, come per esempio lasagne, tortini e pasta al forno (piatti combinati da cereali e alimenti di origine animale, come carne o formaggio) accompagnati da un secondo piatto più leggero e di quantità ridotte.

La rotazione delle pietanze è proposta in modo che in ciascuna settimana il bambino possa avere un pasto diverso e bilanciato e possa mangiare, oltre ai cereali e alla verdura sempre presenti, alternativamente uova, legumi, formaggio, carne rossa, carne bianca e pesce.

Le grammature sono indispensabili per predisporre il servizio di refezione e servono di riferimento per una corretta alimentazione dal punto di vista quantitativo. Bisogna però ricordare che ogni bambino deve soddisfare le proprie sensazioni di fame e sazietà, senza essere costretto a delle quantità vincolanti. Nonostante ciò che spesso pensiamo noi genitori, i bambini in genere sanno regolarsi molto bene sulle quantità di cibo a loro necessarie e spesso sarebbe meglio per noi mamme dare un po' più retta al "loro pancino piuttosto che ai nostri occhi e alle nostre ansie"! Una sana alimentazione ed una corretta abitudine alimentare implica anche vedere che il piatto del nostro bambino non è sempre vuoto, ma che lui finisce di mangiare sempre con il sorriso. E quel sorriso è proprio: "Grazie, era davvero buono, ma sono sazio!"

In accordo con quanto ci proponiamo sempre, cioè offrire ai nostri bimbi un posto accogliente e sereno dove vivere insieme tante esperienze nuove e divertenti, anche durante i pasti faremo in modo, con affetto e simpatia, di veder risplendere la luce di un sorriso sui loro piccolo volti!

Per aiutare le famiglie a comprendere le scelte alimentari proposte, a cura della Nutrizionista vengono di seguito riportate le INDICAZIONE DEI VALORI DI FABBISOGNO ENERGETICO, PROTIDICO, LIPIDICO, GLUCIDICO PER BAMBINI DA 1 A 3 ANNI (LARN 1996)

Fabbisogno energetico bambini di 1 anno (espresso in range):

Femmine 739-1056 calorie
Maschi 797-1133 calorie

Fabbisogno energetico bambini di 3 anni (espresso in range):

Femmine 1114-1651 calorie
Maschi 1162-1699 calorie

Fabbisogno proteico, livello di sicurezza di assunzione proteico corretto per la qualità proteica:

1,48-1,38 gr/Kg/die

A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
DIETISTA dott.ssa Bruna CARLUCCI
Bruna Gallo

Livelli di assunzione raccomandati di acidi grassi essenziali:

Omega 6 4 gr/die
Omega 3 0,7 gr/die

Fabbisogno in energia e nutrienti per bambini da 1 a 3 anni:

calorie	1200 (fascia d'età 1-2- anni)	1400 (fascia d'età 2-3 anni)
proteine	13%	
lipidi	31%	
glucidi	56%	
calcio	800 mg	
ferro	7 mg	

Ripartizione calorica adeguata dei pasti durante la giornata:

Colazione	20% delle calorie totali giornaliere
Merenda mattutina	5% delle calorie totali giornaliere
Pranzo	35% delle calorie totali giornaliere
Merenda pomeridiana	10% delle calorie totali giornaliere
Cena	30% delle calorie totali giornaliere

In accordo con quanto sopra riportato il pranzo della refezione scolastica per bambini da 1 a 3 anni deve fornire il seguente apporto calorico, proteico, lipidico e glucidico (espresso in range):

Calorie	500-600
Protidi	15,5-23 gr
Lipidi	16 gr
Glucidi	64 gr (ricavati e approssimativi)

TABELLA DIETETICA 1-2 ANNI (LARN 1996)

RAZIONE CALORICA REFEZIONE, DIETA BASE:

ALIMENTI	QUANTITA ' AL NETTO PRO CAPITE IN GRAMMI	PROTEIN E	LIPIDI	GLUCIDI	CALORI E
PASTA	40	4,36	0,56	28,68	130
PANE	40	3,24	0,20	25,40	110
CARNE MAGRA	40	8,16	2,0	/	50,8
VERDURA (BIETA)	100	1,3	0,1	2,8	17
FRUTTA FRESCA (MELA)	100	0,2	0,1	11,1	43
PARMIGIAN O REGGIANO	10	3,5	2,8	/	38,70
OLIO EX. VERGINE D'OLIVA	10	/	10	/	90
		20,76	15,76	67,98	479,50

Per gli altri alimenti proposti sono consigliate le seguenti grammature:

RISO	40 GR
COUS COUS	40 GR
GNOCCHI DI PATATE	80 GR
LEGUMI (LENTICCHIE DECORTICATE)	35 GR
PESCE	60 GR
FORMAGGIO FRESCO	20 GR
UOVA	1 A PERSONA

A.S.L. RM B
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. D.I.A.N.
FARMISTA Dott.ssa Bruna CARBONARI

Bruna Carbonari



TABELLA DIETETICA 2-3 ANNI (LARN 1996)
RAZIONE CALORICA REFEZIONE, DIETA BASE:

ALIMENTI	QUANTITA ' AL NETTO PRO CAPITE IN GRAMMI	PROTEIN E	LIPIDI	GLUCIDI	CALORI E
PASTA	50	5,45	0,70	35,85	162,5
PANE	40	3,24	0,20	25,40	110
CARNE MAGRA	50	10,2	2,5	/	63,5
VERDURA (BIETA)	100	1,3	0,1	2,8	17
FRUTTA FRESCA (MELA)	100	0,2	0,1	11,1	43
PARMIGIAN O REGGIANO	10	3,5	2,8	/	38,70
OLIO EX. VERGINE D'OLIVA	10	/	10	/	90
		23,89	16,40	75,15	524,97

Per gli altri alimenti proposti sono consigliate le seguenti grammature:

RISO	50 GR
COUS COUS	50 GR
GNOCCHI DI PATATE	100 GR
LEGUMI (LENTICCHIE DECORTICATE)	35 GR
PESCE	80 GR
FORMAGGIO FRESCO	30 GR
UOVA	1 A PERSONA

Per qualsiasi variazione ai nostri menù, che si renderà necessaria per motivazioni espresse dai genitori ed ove richiesto documentate da

A.B.L. RM R
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
FARMISTA Dott.ssa Bruna GARDINO

Bianca Pash



certificato medico del pediatra, saremo tutti disponibili affinché ogni bambino trovi l'alimentazione a lui più consona, nel rispetto delle regole dell'asilo nido e delle norme igienico-sanitarie.

La regolare alimentazione di ciascun bambino verrà documentata da apposite schede giornaliere che il genitore potrà consultare quotidianamente. Inoltre le educatrici saranno pronte a qualsiasi chiarimento richiesto nel momento della riconsegna del bambino all'orario di uscita.

A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
(DIETISTA dott.ssa Bruna CASSANO)
Bruna Cassano

MENU' AUTUNNALE (Settembre- Novembre)

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
I Settimana	Pasticcio di maccheroncini Polpette al sugo Zucchine lesse	Passato di verdure con orzo Caciottina Carote stufate	Risotto alla parmigiana Tacchino arrosto con patate	Gnocchi di patate burro e salvia Frittata di zucchine	Pasta al pesto Crocchette di pesce e patate Spinaci lessi
	Torta di mele	Bruschettine al pomodoro	Pane burro e zucchero	Focaccia al formaggio	Ciambellone
II Settimana	Pasta e patate Arrosto (Roast-beef) Bietole all'olio	Crema di legumi con pasta Ricotta Zucchine trifolate	Risotto con crema di zucchine Polpettone Finocchi gratinati	Gnocchi alla romana gratinati Uova strapazzate Fagiolini lessi	Pasta con verdure Filetti di sogliola alla mugnaia Purè di carote
	Ciambellone	Pizza margherita	Crostata con la marmellata	Torta di pere	Bruschettine al pomodoro
III Settimana	Lasagnette al sugo Prosciutto cotto Carote lesse	Minestra di ceci con pasta Stracchino Finocchi lessi	Risotto con crema di spinaci Bocconcini di pollo alla salvia Fagiolini all'olio	Gnocchi di patate al pomodoro Tortino tricolore (uova e verdure)	Pasta con crema di carote Cuori di merluzzo con patate al forno
	Crostata con la marmellata	Focaccia al formaggio	Torta di mele	Pane olio e sale	Ciambellone
IV Settimana	Pasta pomodoro e ricotta Spezzatino con verdure miste gratinate	Pasta e lenticchie Tomino alle erbette Carote stufate	Risotto con crema di carote Scaloppine al limone Zucchine lesse	Gnocchetti sardi al pomodoro e basilico Frittata di patate	Conchigliette al tonno Filetto di pesce alla marinara Spinaci all'olio
	Pizza margherita	Torta di pere	Pane olio e sale	Crostata	Bruschettine al pomodoro
V Settimana	Conchiglie al ragù Sformato di patate e prosciutto	Cous Cous con verdure Caciottina	Tortino di riso al forno Crocchette di manzo e spinaci	Frittata di pasta Finocchi gratinati	Pasta al ragù di pesce Halibut gratinato con zucchine
	Crostata con la marmellata	Focaccia al formaggio	Ciambellone	Bruschettine al pomodoro	Pane burro e zucchero

A.S.L. RM E
Dipartimento di Provenienze
U.O.C. S.I.A.N.
(DIETISTA dott.ssa Bruna CASSIO)

U.C.C. 3.401
(DIENSTA dat. 2008 Bruna G. 2008/01)

Donne John

MENU' INVERNALE (Dicembre- Febbraio)

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
I Settimana	Lasagnette al ragù Dadini di prosciutto cotto e piselli Torta di mele	Minestra di ceci con pasta Caciottina Verdure stufate Bruschettine al pomodoro	Pasta al pomodoro e basilico Arrosto di tacchino con patate al forno Pane burro e zucchero	Risotto alla zucca Frittata di patate Finocchi lessi Focaccia al formaggio	Minestra di verdure con pastina Filetti di platessa in crosta di zucchine Ciambella all'arancia
II Settimana	Pasticcio di maccheroncini Bocconcini di pollo alla salvia Sformato di verdure gratinate Ciambella all'arancia	Minestra di fagioli con orzo Ricottina Cavolfiori lessi Pizza margherita	Pasta con crema di carote Polpettine al sugo Spinaci lessi Crostata alla marmellata	Risotto con crema di zucchine Uova strapazzate al pomodoro Patate in umido Bruschette al pomodoro	Passato di verdure con crostini di pane Cuori di merluzzo alla pizzaiola Carote stufate Torta di pere
III Settimana	Pasta al sugo con polpettine Purè di patate Crostata alla marmellata	Crema di legumi con pastina Stracchino Finocchi lessi Focaccia al formaggio	Pasta al pesto Scaloppine al limone Carote lesse Torta di mele	Risotto con crema di piselli Frittata al formaggio Bietoline lesse Pane olio e sale	Crema di zucca con pasta Bastoncini di pesce Cavolfiori lessi Ciambella all'arancia
IV Settimana	Pasta al forno con ragù di vitello e mozzarella Cavolfiori lessi Ciambella all'arancia	Pasta con crema di piselli Tomino alle erbe Spinaci lessi Pane olio e sale	Pasta con crema di carote Spezzatino di manzo e verdure miste Torta di pere	Crocchette di riso e mozzarella Purè di carote Pizza margherita	Pappa al pomodoro Crocchette di pesce Patate al forno Crostata alla marmellata
V Settimana	Sformato di patate, prosciutto cotto e formaggio Carote stufate Torta di mele	Cous Cous con verdure Caciottina Bietoline lesse Pizza bianca	Pasta al pomodoro Polpettone Purè di piselli Ciambella all'arancia	Frittata di pasta Finocchi gratinati Bruschettine al pomodoro	Crema di piselli con pasta Filetti di sogliola alla mugnaia Cavolfiori lessi Pane burro e zucchero



MENU' PRIMAVERILE (Marzo- Maggio)

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
I Settimana	Lasagnette con verdure miste e polpettine di carne Torta di mele	Passato di verdure con crostini di pane Tomino alle erbe Purè di patate Bruschettine al pomodoro	Pasta al pesto Bocconcini di pollo al limone Finocchi gratinati Pane burro e zucchero	Gnocchi alla romana con pomodoro e parmigiano Frittata bicolore (zucchine-car ote) Focaccia al formaggio	Pasta al tonno Filetti di nasello alla pizzaiola Spinaci lessi Ciambellone
II Settimana	Pasticcio di pasta al ragù Prosciutto cotto arrosto Purè di patate Ciambellone	Pasta e ceci Caciottina Carote lesse Pizza margherita	Pasta al pomodoro Polpettine di carne e ricotta Zucchine lesse Crostata alla marmellata	Gnocchetti sardi al pomodoro Uova strapazzate Finocchi gratinati Bruschettine al pomodoro	Risotto con crema di zucchine Crocchette di pesce alle erbe Purè di piselli Torta di pere
III Settimana	Gateaux di patate con dadini di prosciutto e mozzarella Finocchi lessi Crostata alla marmellata	Crema di fagioli con pasta Stracchino Zucchine trifolate Pana olio e sale	Pasta con crema di carote Arrosto di tacchino con verdure miste Torta di mele	Tortino di uova patate e formaggio Purè di piselli Focaccia al formaggio	Risotto alla parmigiana Halibut gratinato con patate al forno Ciambellone
IV Settimana	Conchigliette al ragù Sformato primavera Ciambellone	Pasta e lenticchie Crocchette di ricotta e spinaci Pane olio e sale	Pasta con verdure miste Hamburger Bietoline all'olio Torta di pere	Frittata di pasta Purè di carote Pizza margherita	Riso con crema di spinaci Cuori di merluzzo alla salvia Crostata alla marmellata
V Settimana	Pasta al forno con piselli e prosciutto Verdure gratinate Pane burro e zucchero	Cous Cous con verdure Caciottina Patate prezzemolate Pizza bianca	Minestra ai 5 cereali con verdure miste Scaloppine al limone Spinaci lessi Ciambellone	Gnocchi al pomodoro Frittata al formaggio Zucchine trifolate Bruschettine al pomodoro	Riso con verdure miste Filetti di pesce alla marinara Carote lesse Torta di mele

A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S. I. A. N.
DIRETTORE dott.ssa Bruna CARBUCCI

Valeria
9

MENU' ESTIVO (Giugno-Luglio)

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
I Settimana	Insalata di pasta con verdure miste Tacchino al latte Crostata alla marmellata	Pasta e ceci fredda Caciottina Fagiolini lessi Gelato alla crema	Pasta e patate fredda Hamburger Insalata di pomodori Pizza margherita	Gnocchetti sardi al pesto Frittata bicolore (zucchine e carote) Frappè	Risotto alla parmigiana Cuori di merluzzi alla salvia Zucchine lesse Frullato di frutta
II Settimana	Pasta al pesto fredda Polpettine di carne al sugo Insalata di lattuga e mais Gelato alla banana	Pasta di verdure con orzo Caprese Bruschettine al pomodoro	Sformato di patate prosciutto e formaggio Torta pesche	Pasta alla crema di carote Uovo sodo Fagiolini all'olio Frullato di frutta	Insalata di riso con verdure Sogliola alla mugnaia Zucchine trifolate Frappè
III Settimana	Insalata di orzo con verdure miste Bocconcini di pollo al limone Torta di albicocche	Pasta e fagioli Stracchino Tomino alle erbe Insalata di lattuga e mais Frappè	Pasta al ragù di verdure Arrosto con patate al forno Gelato alla crema	Frittata di pasta Insalata di pomodori Focaccia al formaggio	Suppli di riso Filetti di merluzzo alla marinara Carote stufate Frullato di frutta
IV Settimana	Insalata di pasta con pomodoro e basilico Polpettone Patate in umido Torta di susine	Pasta con crema di piselli Ovoline Carote lesse Frappè	Gateaux di patate con prosciutto e formaggio Insalata di pomodori Ciambellone	Pasta fredda con verdure miste Uova strapazzate con parmiggiano Pane olio e sale	Riso con crema di spinaci Crocchette di pesce. Finocchi gratinati Gelato alla pesca
V Settimana	Tortino di pasta con verdure miste Prosciutto cotto arrosto Insalata di pomodori Frappè	Cous Cous con verdure Dadini di formaggio Zucchine lesse Frullato di frutta	Pasta al pomodoro e ricotta Zucchine ripiene alla carne Gelato alla crema	Crocchette di patate, uova e formaggio Finocchi gratinati Pizza margherita	Riso alla pescatora (ragù di pesce al pomodoro) Bastoncini di pesce Carote lesse Torta di pesche

Valeria Schiavone

Bruna Carlucci

12-26 HES

MENU'

MENU' AUTUNNALE □ PRIMA SETTIMANA

LUNEDI'			
Primo piatto		Secondo piatto	
Ricetta n. 1.1		Ricetta n. 2.1	
Condimento		Pietanza	
n.	ingrediente	n.	ingrediente
1	odori (carote e sedano)	1	viellano magro
2	odori (carote e sedano)	2	odori (carote e sedano)
3	olio e.v. Oliva	3	olio e.v. Oliva
4	parmigiano reggiano	4	olio e.v. Oliva
5	pan grattato		
Pietanza			
6	pastina		
	grammatura		grammatura
	q.b.		40
	30		20
	4		q.b.
	10		3
	q.b.		

MARTEDI'			
Primo piatto		Secondo piatto	
Ricetta n. 1.2		Ricetta n. 2.2	
Condimento		Pietanza	
n.	ingrediente	n.	ingrediente
1	bielole	1	casatella
2	carote		
3	patate		
4	zucchine		
5	olio e.v. Oliva		
6	parmigiano reggiano		
Pietanza			
7	arzo		
	grammatura		grammatura
	10		30
	20		
	20		
	10		
	5		
	10		

MERCOLEDI'			
Primo piatto		Secondo piatto	
Ricetta n. 1.3		Ricetta n. 2.3	
Condimento		Pietanza	
n.	ingrediente	n.	ingrediente
1	odori (carote e sedano)	1	arrosti di tacchino
2	odori (carote e sedano)	2	odori (rosmarino)
3	olio e.v. Oliva	3	sale grosso
4	parmigiano reggiano	4	olio e.v. Oliva
Pietanza			
5	riso		
	grammatura		grammatura
	30		40
	20		q.b.
	4		q.b.
	10		3

GIOVEDI'			
Primo piatto		Secondo piatto	
Ricetta n. 1.4		Ricetta n. 2.4	
Condimento		Pietanza	
n.	ingrediente	n.	ingrediente
1	burro	1	zucchino
2	odori (salvia)	2	uova
3	parmigiano reggiano	3	olio e.v. Oliva
4	gnocchi	4	latte
5		5	parmigiano reggiano
		6	sale
			q.b.

VENERDI'			
Primo piatto		Secondo piatto	
Ricetta n. 1.5		Ricetta n. 2.5	
Condimento		Pietanza	
n.	ingrediente	n.	ingrediente
1	pinoli	1	merluzzo
2	basilico	2	patate
3	olio e.v. Oliva	3	pan grattato
4	parmigiano reggiano	4	olio e.v. Oliva
5	pastina	5	sale fino
	grammatura		grammatura
	q.b.		50
	15		20
	4		q.b.
	10		3
	40		q.b.

A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
NUTRISTA dott.ssa BRUNA CARBUNO



MENU' AUTUNNALE □ SECONDA SETTIMANA									
LUNEDI'									
Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana
Ricetta n. 1.6			Ricetta n. 2.6			Ricetta n. 3.6			Ricetta n. 4.6
Condimento	n.	ingredienti	grammatura	Pietanza	n.	ingredienti	grammatura	Pietanza	n.
1	1	odori (carote e sedano)	q.b.	1	1	bietta	100	1	1
2	2	patate	20	2	2	sale	q.b.	2	2
3	3	peperoni dolci	10	3	3	olio e.v. Oliva	3	3	3
4	4	olio e.v. Oliva	4	4	4	olio e.v. Oliva	3	4	4
5	5	parmigiano reggiano	10					5	5
Pietanza	7	pasta	40					6	6
Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana
Ricetta n. 1.7			Ricetta n. 2.7			Ricetta n. 3.7			Ricetta n. 4.7
Condimento	n.	ingredienti	grammatura	Pietanza	n.	ingredienti	grammatura	Pietanza	n.
1	1	legumi vari	35	1	1	zucchini	70	1	1
2	2	cipolla	5	2	2	sale	q.b.	2	2
3	3	basilico	q.b.	3	3	olio e.v. Oliva	5	3	3
4	4	olio e.v. Oliva	5					4	4
5	5	parmigiano reggiano	10					5	5
Pietanza	6	pasta	40					6	6
								7	7
Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana
Ricetta n. 1.8			Ricetta n. 2.8			Ricetta n. 3.8			Ricetta n. 4.8
Condimento	n.	ingredienti	grammatura	Pietanza	n.	ingredienti	grammatura	Pietanza	n.
1	1	purea di zuccine	25	1	1	finocchi	70	1	1
2	2	olio e.v. Oliva	4	2	2	sale	q.b.	2	2
3	3	parmigiano reggiano	4	3	3	parmigiano reggiano	3	3	3
Pietanza	4	riso	35	4	4	olio e.v. Oliva	3	4	4
				5	5	pan grattato	3	5	5
				6	6			6	6
Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana
Ricetta n. 1.9			Ricetta n. 2.9			Ricetta n. 3.9			Ricetta n. 4.9
Condimento	n.	ingredienti	grammatura	Pietanza	n.	ingredienti	grammatura	Pietanza	n.
1	1	burro	5	1	1	finocchi	100	1	1
2	2	parmigiano reggiano	10	2	2	sale	q.b.	2	2
Pietanza	5	gnocchi di semolino	35	3	3	olio e.v. Oliva	3	3	3
								4	4
								5	5
								6	6
Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana
Ricetta n. 1.10			Ricetta n. 2.10			Ricetta n. 3.10			Ricetta n. 4.10
Condimento	n.	ingredienti	grammatura	Pietanza	n.	ingredienti	grammatura	Pietanza	n.
1	1	carote	20	1	1	carote	50	1	1
2	2	zucchine	15	2	2	lattice	q.b.	2	2
3	3	olio e.v. Oliva	4	3	3	olio e.v. Oliva	3	3	3
4	4	parmigiano reggiano	10	4	4	sale	q.b.	4	4
Pietanza	5	pasta	40						



A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
METASTA GOTTSCHE LOWE BARSTADT
/Bume G.h.w

MENU'

MENU' AUTUNNALE □ TERZA SETTIMANA

LUNEDI'

Primo piatto Ricetta n. 1.11			Secondo piatto Ricetta n. 2.11			Contorno Ricetta n. 3.11			Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.11		
Condimento	n.	Ingrediente	grammatura	Pietanza	n.	Ingrediente	grammatura	Pietanza	n.	Ingrediente	grammatura
1	1	porrodi petali	40	1	prosciutto cotto senza polifosfati	30	50	1	1	farina	15
2	2	odori (basilico)	q.b.				q.b.	2	2	zucchero	5
3	3	olio e.v. Oliva	5				q.b.	3	3	burro	5
4	4	parmigiano reggiano	10				q.b.	4	4	uova	1 ogni 10 bambini
Pietanza	5	pasta all'uovo	30				q.b.	5	5	buccia di limone grattata	q.b.
							q.b.	6	6	marmellata	10

MARTEDI'

Primo piatto Ricetta n. 1.12			Secondo piatto Ricetta n. 2.12			Contorno Ricetta n. 3.12			Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.12		
Condimento	n.	Ingrediente	grammatura	Pietanza	n.	Ingrediente	grammatura	Pietanza	n.	Ingrediente	grammatura
1	1	ceci	35	1	stracchino	30	70	1	1	farina	25
2	2	odori (rosmarino)	q.b.				q.b.	2	2	fontina	10
3	3	olio e.v. Oliva	5				q.b.	3	3	rosmarino	q.b.
4	4	parmigiano reggiano	10				q.b.	4	4	olio e.v. Oliva	q.b.
Pietanza	5	pasta	40				q.b.	5	5	sale	q.b.

MERCOLEDI'

Primo piatto Ricetta n. 1.13			Secondo piatto Ricetta n. 2.13			Contorno Ricetta n. 3.13			Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.13		
Condimento	n.	Ingrediente	grammatura	Pietanza	n.	Ingrediente	grammatura	Pietanza	n.	Ingrediente	grammatura
1	1	purea di spinaci	25	1	petto di pollo	40	100	1	1	farina	15
2	2	olio e.v. Oliva	4	2	farina	q.b.	q.b.	2	2	zucchero	10
3	3	parmigiano reggiano	10	3	odori (salvia)	q.b.	3	3	3	mele	30
Pietanza	4	fiso	35	4	olio e.v. Oliva	3	q.b.	4	4	olio e.v. Oliva	q.b.
				5	sale fino	q.b.	q.b.	5	5	pain grattato	2
								6	6	yogurt	1 ogni 10 bambini
								7	7	lievito	1 bustina ogni 10 b.
								8	8	succo di frutta	10 ml

GIOVEDI'

Primo piatto Ricetta n. 1.14			Secondo piatto Ricetta n. 2.14			Contorno			Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.14		
Condimento	n.	Ingrediente	grammatura	Pietanza	n.	Ingrediente	grammatura	Pietanza	n.	Ingrediente	grammatura
1	1	porrodi petali	40	1	zucchini	15	15	1	1	farina	30
2	2	odori (basilico)	q.b.	2	carote	15	q.b.	2	2	pain	3
3	3	olio e.v. Oliva	5	3	piselli	15	q.b.	3	3	olio e.v. Oliva	q.b.
4	4	parmigiano reggiano	10	4	uova	1	q.b.	4	4	sale	q.b.
Pietanza	5	gnocchi	30	5	latte	q.b.	q.b.				
				6	olio e.v. Oliva	5	q.b.				
				7	parmigiano reggiano	5	q.b.				
				8	sale	q.b.	q.b.				

VENERDI'

Primo piatto Ricetta n. 1.15			Secondo piatto Ricetta n. 2.15			Contorno Ricetta n. 3.15			Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.15		
Condimento	n.	Ingrediente	grammatura	Pietanza	n.	Ingrediente	grammatura	Pietanza	n.	Ingrediente	grammatura
1	1	purea di carote	25	1	cuori di merluzzo	50	50	1	1	farina	20
2	2	olio e.v. Oliva	4	2	farina	q.b.	q.b.	2	2	zucchero	15
3	3	parmigiano reggiano	10	3	olio e.v. Oliva	3	q.b.	3	3	latte	10 ml
Pietanza	4	pasta	40	4	sale fino	q.b.	3	4	4	olio e.v. Oliva	3
							q.b.	5	5	uova	1 ogni 10 bambini
							q.b.	6	6	lievito	1 bustina ogni 10 b.

A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
DIRETTORE dott.ssa Bruna CAPPELLI



MENU' AUTUNNALE □ QUARTA SETTIMANA

LUNEDI'

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.16			Ricetta n. 2.16			Ricetta n. 3.16			Ricetta n. 4.16		
Condimento	n.	grammatura	Pietanza	ingrediente	grammatura	Pietanza	ingrediente	grammatura	Pietanza	ingrediente	grammatura
1	1	20	1	manzo	40	1	patate	20	1	farina	12
2	2	10	2	cipolla	q.b.	2	zucchini	20	2	lievito di birra	½ cubetto x 10 b
3	3	q.b.	3	olio e.v. Oliva	4	3	melanzane	20	3	latte	1 cucchiaino x 10b
4	4	3	4	sale fino	q.b.	4	pomodori	20	4	olio e.v. Oliva	2
5	5	5				5	sale	q.b.	5	sale	q.b.
Pietanza						6	parmigiano reggiano	5	6	polpa di pomodoro	15
6	6	40				7	olio e.v. Oliva	3	7	mozzarella	10
						8	pan grattato	3			

MARTEDI'

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.17			Ricetta n. 2.17			Ricetta n. 3.17			Ricetta n. 4.17		
Condimento	n.	grammatura	Pietanza	ingrediente	grammatura	Pietanza	ingrediente	grammatura	Pietanza	ingrediente	grammatura
1	1	35	1	tonno	30	1	carote	50	1	farina	15
2	2	5	2	erbelte (semi di finocchio □ erba cipollina)	q.b.	2	sale	q.b.	2	zucchero	10
3	3	5	3	olio e.v. Oliva	q.b.	3	olio e.v. Oliva	5	3	parm.	30
4	4	10							4	olio e.v. Oliva	2
Pietanza									5	pan grattato	q.b.
5	5	40							6	yogurt	1 ogni 10 bambini
									7	lievito	1 bustina ogni 10 b.
									8	succo di frutta	10 ml

MERCOLEDI'

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.18			Ricetta n. 2.18			Ricetta n. 3.18			Ricetta n. 4.18		
Condimento	n.	grammatura	Pietanza	ingrediente	grammatura	Pietanza	ingrediente	grammatura	Pietanza	ingrediente	grammatura
1	1	25	1	vitello	40	1	zucchine	70	1	pane	30
2	2	4	2	farina	q.b.	2	sale	q.b.	2	olio e.v. Oliva	3
3	3	10	3	Succo di limone	3	3	olio e.v. Oliva	3	3	sale	q.b.
Pietanza			4	olio e.v. Oliva	q.b.						
4	4	35	5	sale fino	q.b.						

GIOVEDI'

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.19			Ricetta n. 2.19			Ricetta n. 3.19			Ricetta n. 4.19		
Condimento	n.	grammatura	Pietanza	ingrediente	grammatura	Pietanza	ingrediente	grammatura	Pietanza	ingrediente	grammatura
1	1	40	1	patate	30				1	farina	15
2	2	q.b.	2	odori (basilico)	5				2	zucchero	5
3	3	5	3	olio e.v. Oliva	q.b.				3	burro	5
4	4	5	4	latte	q.b.				4	uova	1 ogni 10 bambini
Pietanza			5	parmigiano reggiano	5				5	buccia di limone grattata	q.b.
5	5	40	6	sale	q.b.				6	marmellata	10

VENERDI'

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.20			Ricetta n. 2.20			Ricetta n. 3.20			Ricetta n. 4.20		
Condimento	n.	grammatura	Pietanza	ingrediente	grammatura	Pietanza	ingrediente	grammatura	Pietanza	ingrediente	grammatura
1	1	30	1	lievito di meruzzo	45	1	spinaci	100	1	pane	30
2	2	5	2	pomodori	20	2	sale	q.b.	2	polpa di pomodoro	10
3	3	q.b.	3	origano	q.b.	3	olio e.v. Oliva	5	3	sale	q.b.
Pietanza			4	olio e.v. Oliva	5				4	olio e.v. Oliva	q.b.
4	4	40	5	sale fino	q.b.						

A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
FOTISTA dott.ssa BRUNA CARUSO

Bruna Caruso



MENU'

MENU' AUTUNNALE □ QUINTA SETTIMANA

LUNEDI'																	
Primo piatto Ricetta n. 1.21					Secondo piatto Ricetta n. 2.21					Contorno Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.21							
Condimento					Pietanza					Pietanza							
n.		Ingrediente		grammatura		n.		Ingrediente		grammatura		n.		Ingrediente		grammatura	
1		vitellino magro		10		1		pettino		20		1		finna		15	
2		pomodori pelati		30		2		prosciutto cotto senza polifosfati		30		2		zucchero		5	
3		odori (carote e sedano)		q.b.		3		pani raffinati		q.b.		3		burro		5	
4		olio e.v. Oliva		5		4		olive verdi Oliva		5		4		uova		1 ogni 10 bambini	
5		parmigiano reggiano		5		5		sale fino		q.b.		5		buccia di limone, grattata		q.b.	
								arroziz									

MARTEDI'		Contorno		Merenda pomeridiana	
Primo piatto Ricetta n. 1.22		Secondo piatto Ricetta n. 2.22		Ricetta n. 4.22	
Condimento	n.	Ingrediente	grammatura	Pietanza	
	1	carote	30	1	Ingrediente
	2	zucchine	30	25	finna
	3	pomodori pelati	30	10	fontina
	4	olio e.v. Oliva	20	3	rosmarino
Pietanza	5		10	4	olio e.v. Oliva
				5	sale
					q.b.

MERCOLEDI'			Contorno		Merenda pomeridiana	
Secondo piatto			Pietanza		Ricetta n. 4.23	
Ricetta n. 2.23			Pietanza			
Pietanza			Pietanza			
n.			Ingrediente		grammatura	
1			manzo		40	
2			spinaci		20	
3			pani grattati		q.b.	
4			olio e.v. Oliva		5	
5			sale fino		q.b.	

Primo piatto			Contorno		Merenda pomeridiana	
Ricetta n. 1.23			Pietanza		Ricetta n. 4.23	
Condimento			Pietanza			
n.			Ingrediente		grammatura	
1			odori (carote e sedano)		q.b.	
2			pomodori pelati		40	
3			olio e.v. Oliva		5	
4			parmigiano reggiano		q.b.	
5			pani grattati		q.b.	

MERCOLEDI'			Contorno		Merenda pomeridiana	
Secondo piatto			Pietanza		Ricetta n. 4.23	
Ricetta n. 2.23			Pietanza			
Pietanza			Pietanza			
n.			Ingrediente		grammatura	
1			finna		20	
2			zucchero		15	
3			latte		10 ml	
4			olio e.v. Oliva		3	
5			uova		1 ogni 10 bambini	
6			lievito		1 bustina ogni 10 b.	

GIOVEDI'					
Secondo piatto		Contorno		Merenda pomeridiana	
Ricetta n. 1.24		Ricetta n. 3.24		Ricetta n. 4.24	
Condimento		Pietanza		Pietanza	
n.		n.		n.	
Ingrediente		ingrediente		Ingrediente	
grammatura		grammatura		grammatura	
1	uovo	1	fiorocchi	1	pane
2	latte	2	sale	2	polpa di pomodoro
3	noca maciata	3	parmigiano reggiano	3	sale
4	parmigiano reggiano	4	olio e.v. Oliva	4	olio e.v. Oliva
5		5	pan grattato		

VENERDI'				Contorno		Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.25			
Primo piatto Ricetta n. 1.25		Secondo piatto Ricetta n. 2.25		Pietanza					
Condimento		Pietanza		Pietanza					
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4		olio e.v. Oliva		5	
5				5		sale fino		q.b.	
Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza	
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4		olio e.v. Oliva		5	
5				5		sale fino		q.b.	
Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza	
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4		olio e.v. Oliva		5	
5				5		sale fino		q.b.	
Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza	
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4		olio e.v. Oliva		5	
5				5		sale fino		q.b.	
Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza	
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4		olio e.v. Oliva		5	
5				5		sale fino		q.b.	
Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza	
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4		olio e.v. Oliva		5	
5				5		sale fino		q.b.	
Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza	
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4		olio e.v. Oliva		5	
5				5		sale fino		q.b.	
Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza	
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4		olio e.v. Oliva		5	
5				5		sale fino		q.b.	
Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza	
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4		olio e.v. Oliva		5	
5				5		sale fino		q.b.	
Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza	
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4		olio e.v. Oliva		5	
5				5		sale fino		q.b.	
Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza	
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4		olio e.v. Oliva		5	
5				5		sale fino		q.b.	
Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza	
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4		olio e.v. Oliva		5	
5				5		sale fino		q.b.	
Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza	
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4		olio e.v. Oliva		5	
5				5		sale fino		q.b.	
Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza	
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4		olio e.v. Oliva		5	
5				5		sale fino		q.b.	
Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza	
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4		olio e.v. Oliva		5	
5				5		sale fino		q.b.	
Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza	
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4		olio e.v. Oliva		5	
5				5		sale fino		q.b.	
Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza	
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4		olio e.v. Oliva		5	
5				5		sale fino		q.b.	
Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza	
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4		olio e.v. Oliva		5	
5				5		sale fino		q.b.	
Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza	
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4		olio e.v. Oliva		5	
5				5		sale fino		q.b.	
Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza	
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4		olio e.v. Oliva		5	
5				5		sale fino		q.b.	
Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza	
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4		olio e.v. Oliva		5	
5				5		sale fino		q.b.	
Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza	
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4		olio e.v. Oliva		5	
5				5		sale fino		q.b.	
Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza	
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4		olio e.v. Oliva		5	
5				5		sale fino		q.b.	
Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza	
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4		olio e.v. Oliva		5	
5				5		sale fino		q.b.	
Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza	
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4		olio e.v. Oliva		5	
5				5		sale fino		q.b.	
Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza	
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4		olio e.v. Oliva		5	
5				5		sale fino		q.b.	
Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza	
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4		olio e.v. Oliva		5	
5				5		sale fino		q.b.	
Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza	
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4		olio e.v. Oliva		5	
5				5		sale fino		q.b.	
Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza	
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4		olio e.v. Oliva		5	
5				5		sale fino		q.b.	
Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza	
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4		olio e.v. Oliva		5	
5				5		sale fino		q.b.	
Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza		Pietanza	
n.		Ingrediente		n.		Ingrediente		grammatura	
1		filetti di merluzzo		1		filetti di halibut		40	
2		pomodori pelati		2		zucchine		20	
3		odori (carote e sedano)		3		pani grattati		q.b.	
4		olio e.v. Oliva		4					

A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
FARMACISTA dott.ssa Bruna CAPRUCI



MENU' INVERNALE □ PRIMA SETTIMANA

LUNEDI'

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.26			Ricetta n. 2.26						Ricetta n. 4.26		
Condimento	n.	ingredienti	grammatura	Pietanza	n.	ingredienti	grammatura	Pietanza	n.	ingredienti	grammatura
1	1	viellone magro	10	1	prosciutto cotto senza pollici	30	1	1	1	farina	15
2	2	odori (carote e sedano)	30	2	piselli	20	2	2	2	zucchero	10
3	3	olio e.v. Oliva	q.b.	3	olio e.v. Oliva	5	3	3	3	miele	30
4	4	parmigiano reggiano	10	4	sale fino	q.b.	4	4	4	olio e.v. Oliva	2
Pietanza	6								5	pan grattato	q.b.
	7								6	yogurt	1 ogni 10 bambini
	8								7	lievito	1 bustina ogni 10 b.
	9								8	succo di frutta	10 ml

MARTEDI'

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.27			Ricetta n. 2.27			Ricetta n. 3.27			Ricetta n. 4.27		
Condimento	n.	ingredienti	grammatura	Pietanza	n.	ingredienti	grammatura	Pietanza	n.	ingredienti	grammatura
1	1	cedi	35	1	ciccolina	30	1	1	1	pane	30
2	2	odori (rosmarino)	q.b.	2			2	2	2	polpa di pomodoro	10
3	3	olio e.v. Oliva	5	3			3	3	3	sale	q.b.
4	4	parmigiano reggiano	10	4			4	4	4	olio e.v. Oliva	q.b.
Pietanza	7								5		
	8								6		
	9								7		
	10								8		

MERCOLEDI'

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.28			Ricetta n. 2.28			Ricetta n. 3.28			Ricetta n. 4.28		
Condimento	n.	ingredienti	grammatura	Pietanza	n.	ingredienti	grammatura	Pietanza	n.	ingredienti	grammatura
1	1	odori (basilico)	40	1	arrosti di lacciuino	40	1	1	1	pane	30
2	2	olio e.v. Oliva	q.b.	2	odori (rosmarino)	q.b.	2	2	2	burro	3
3	3	parmigiano reggiano	4	3	sale grosso	q.b.	3	3	3	zucchero	q.b.
Pietanza	5								4		
	6								5		
	7								6		
	8								7		
	9								8		

GIOVEDI'

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.29			Ricetta n. 2.29			Ricetta n. 3.29			Ricetta n. 4.29		
Condimento	n.	ingredienti	grammatura	Pietanza	n.	ingredienti	grammatura	Pietanza	n.	ingredienti	grammatura
1	1	cipollin	10	1	patate	70	1	1	1	farina	25
2	2	zucca gialla	40	2	uova	q.b.	2	2	2	farina	10
3	3	burro	3	3	olio e.v. Oliva	q.b.	3	3	3	rosmarino	q.b.
4	4	parmigiano reggiano	5	4	latte	3	4	4	4	olio e.v. Oliva	q.b.
Pietanza	5								5		
	6								6		
	7								7		
	8								8		
	9								9		

VENERDI'

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.30			Ricetta n. 2.30			Ricetta n. 3.30			Ricetta n. 4.30		
Condimento	n.	ingredienti	grammatura	Pietanza	n.	ingredienti	grammatura	Pietanza	n.	ingredienti	grammatura
1	1	risotto	10	1	filetti di platessa	50	1	1	1	farina	20
2	2	carote	20	2	zucchino	20	2	2	2	burro	15
3	3	patate	20	3	olio e.v. Oliva	5	3	3	3	zucchero	15
4	4	zucchino	15	4	sale fino	q.b.	4	4	4	uova	1 ogni 10 bambini
5	5	olio e.v. Oliva	5						5	lievito	1 bustina ogni 10 b.
6	6	parmigiano reggiano	10						6	arando	%
Pietanza	7										
	8										
	9										
	10										

A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
INVESTITA dott.ssa BRUNA CAMBRO

Brum Ga



MENÙ INVERNALE □ SECONDA SETTIMANA

LUNEDÌ

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.31			Ricetta n. 2.31			Ricetta n. 3.31			Ricetta n. 4.31		
Condimento	n.	grammatura	Condimento	n.	grammatura	Pietanza	n.	grammatura	Pietanza	n.	grammatura
1	odori (carote e sedano)	q.b.	1	petto di pollo	40	1	patate	20	1	farina	20
2	pomodori polati	30	2	farina	q.b.	2	zucchino	20	2	burro	15
3	olio e.v. Oliva	4	3	odori (salvia)	q.b.	3	melanzane	20	3	zucchero	15
4	parmigiano reggiano	5	4	olio e.v. Oliva	3	4	pomodori	20	4	uova	1 ogni 10 bambini
5	pan grattato	q.b.	5	sale fino	q.b.	5	sale	q.b.	5	lievito	1 bustina ogni 10 b.
Pietanza	n.	grammatura									
6	pastina	40				6	parmigiano reggiano	5	6	arancio	½

MARTEDÌ

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.32			Ricetta n. 2.32			Ricetta n. 3.32			Ricetta n. 4.32		
Condimento	n.	grammatura	Condimento	n.	grammatura	Pietanza	n.	grammatura	Pietanza	n.	grammatura
1	finocchi	35	1	ricotta	30	1	cavolfiori	50	1	farina	12
2	odori (rosmarino)	q.b.				2	sale	q.b.	2	lievito di birra	½ cubetto x 10 b.
3	olio e.v. Oliva	5				3	olio e.v. Oliva	5	3	latte	1 cucchiaino x 10b
4	parmigiano reggiano	10							4	olio e.v. Oliva	2
Pietanza	n.	grammatura									
5	orzo	30							5	sale	q.b.
									6	polpa di pomodoro	15
									7	mozzarella	10

MERCOLEDÌ

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.33			Ricetta n. 2.33			Ricetta n. 3.33			Ricetta n. 4.33		
Condimento	n.	grammatura	Condimento	n.	grammatura	Pietanza	n.	grammatura	Pietanza	n.	grammatura
1	purea di carote	25	1	vitellone magro	40	1	spinaci	100	1	farina	15
2	olio e.v. Oliva	4	2	pomodori polati	30	2	sale	q.b.	2	zucchero	5
3	parmigiano reggiano	10	3	odori (carote e sedano)	q.b.	3	olio e.v. Oliva	3	3	burro	5
Pietanza	n.	grammatura									
4	pastina	40	4	olio e.v. Oliva	3				4	uova	1 ogni 10 bambini
									5	buccia di limone grattata	q.b.
									6	marmellata	10

GIOVEDÌ

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.34			Ricetta n. 2.34			Ricetta n. 3.34			Ricetta n. 4.34		
Condimento	n.	grammatura	Condimento	n.	grammatura	Pietanza	n.	grammatura	Pietanza	n.	grammatura
1	purea di zucchine	25	1	uova	1	1	patate	40	1	patate	30
2	olio e.v. Oliva	4	2	pomodori	q.b.	2	odori (carote, cipolla, sedano)	q.b.	2	polpa di pomodoro	10
3	parmigiano reggiano	10	3	olio e.v. Oliva	3	3	sale	q.b.	3	sale	q.b.
Pietanza	n.	grammatura									
4	riso	35	4	parmigiano reggiano	5	4	pomodori polati	10	4	olio e.v. Oliva	q.b.
						5	olio e.v. Oliva	3			

VENERDÌ

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.35			Ricetta n. 2.35			Ricetta n. 3.35			Ricetta n. 4.35		
Condimento	n.	grammatura	Condimento	n.	grammatura	Pietanza	n.	grammatura	Pietanza	n.	grammatura
1	bietolo	10	1	cuori di merluzzo	50	1	carote	50	1	farina	15
2	carote	20	2	pomodori	20	2	olio e.v. Oliva	q.b.	2	zucchero	10
3	patate	20	3	prezzemolo	q.b.	3	olio e.v. Oliva	3	3	parmigiano	30
4	zucchina	20	4	olio e.v. Oliva	3				4	olio e.v. Oliva	q.b.
5	olio e.v. Oliva	4	5	sale fino	q.b.				5	pan grattato	2
6	parmigiano reggiano	10							6	yogurt	1 ogni 10 bambini
Pietanza	n.	grammatura									
7	crostini di pane	35							7	lievito	1 bustina ogni 10 b.
									8	succo di frutta	10 ml

A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
(DIRETTORE dott.ssa BRUNA CARLUCCI)

Valeria
Nutrionista
Dott.ssa Valeria Salvatore

MENU'

Asilo nido "Il fiore sulla nuvoletta"

MENU' INVERNALE □ TERZA SETTIMANA

LUNEDI'			Contorno			Merenda pomeridiana		
Secondo piatto			Ricetta n. 3.36			Ricetta n. 4.36		
Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	ingredienti	grammatura	n.	ingredienti	grammatura	n.	ingredienti	grammatura
1	vitellone magro	40	1	patate	40	1	farina	15
2	pomodori pelati	30	2	latte	q.b.	2	zucchero	5
3	odori (carote e sedano)	q.b.	3	olio e.v. Oliva	5	3	burro	5
4	olio e.v. Oliva	5	4	sale	q.b.	4	uova	1 ogni 10 bambini
5	parmigiano reggiano	5				5	buccia di limone grattata	q.b.
Pietanza						6	marmellata	10
6	pasta	40						

MARTEDI'			Contorno			Merenda pomeridiana		
Secondo piatto			Ricetta n. 3.37			Ricetta n. 4.37		
Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	ingredienti	grammatura	n.	ingredienti	grammatura	n.	ingredienti	grammatura
1	strocchino	30	1	finocchi	70	1	farina	25
			2		q.b.	2	farina	10
			3	olio e.v. Oliva	3	3	rosmarino	q.b.
						4	olio e.v. Oliva	q.b.
						5	sale	q.b.

MERCOLEDI'			Contorno			Merenda pomeridiana		
Secondo piatto			Ricetta n. 3.38			Ricetta n. 4.38		
Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	ingredienti	grammatura	n.	ingredienti	grammatura	n.	ingredienti	grammatura
1	vitello	40	1	carote	50	1	farina	15
2	farina	q.b.	2	sale	q.b.	2	zucchero	10
3	Succo di limone	q.b.	3	olio e.v. Oliva	3	3	mele	30
4	olio e.v. Oliva	3				4	olio e.v. Oliva	2
5	sale fino	q.b.				5	pan grattato	q.b.
						6	yogurt	1 ogni 10 bambini
						7	lievito	1 bustina ogni 10 b.
						8	succo di frutta	10 ml

GIOVEDI'			Contorno			Merenda pomeridiana		
Secondo piatto			Ricetta n. 3.39			Ricetta n. 4.39		
Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	ingredienti	grammatura	n.	ingredienti	grammatura	n.	ingredienti	grammatura
1	uova	1	1	biada	100	1	pane	30
2	olio e.v. Oliva	3	2	sale	q.b.	2	olio e.v. Oliva	3
3	latte	q.b.	3	olio e.v. Oliva	3	3	sale	q.b.
4	parmigiano reggiano	5						
5	sale	q.b.						

VENERDI'			Contorno			Merenda pomeridiana		
Secondo piatto			Ricetta n. 3.40			Ricetta n. 4.40		
Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	ingredienti	grammatura	n.	ingredienti	grammatura	n.	ingredienti	grammatura
1	battoncini di polso	50	1	empanoli	50	1	farina	20
2	sale fino	q.b.	2	sale	q.b.	2	burro	15
			3	olio e.v. Oliva	3	3	zucchero	15
						4	uova	1 ogni 10 bambini
						5	lievito	1 bustina ogni 10 b.
						6	arancio	½

A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
DIRETTORE DIST. SAN. S. RAFAELLO

Anna Geronzi



MENU' INVERNALE □ QUARTA SETTIMANA

LUNEDI'

Primo piatto Ricetta n. 1.41			Secondo piatto			Contorno Ricetta n. 3.41			Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.41		
Condimento	n.	Ingrediente	grammatura	Pietanza	n.	Ingrediente	grammatura	Pietanza	n.	Ingrediente	grammatura
1	1	vitellone magro	40	1	1	carvolfiori	50	1	1	farina	20
2	2	porro	30	2	2	sale	q.b.	2	2	burro	15
3	3	odori (carote e sedano)	q.b.	3	3	olio e.v. Oliva	5	3	3	zucchero	15
4	4	mozzarella	10					4	4	uova	1 ogni 10 bambini
5	5	olio e.v. Oliva	5					5	5	lievito	1 bustina ogni 10 b.
6	6	parmigiano reggiano	10					6	6	arancio	1/2
Pietanza	7	pasta	40								

MARTEDI'

Primo piatto Ricetta n. 1.42			Secondo piatto Ricetta n. 2.42			Contorno Ricetta n. 3.42			Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.42		
Condimento	n.	Ingrediente	grammatura	Pietanza	n.	Ingrediente	grammatura	Pietanza	n.	Ingrediente	grammatura
1	1	purea di piselli	20	1	1	spinaci	100	1	1	pane	30
2	2	olio e.v. Oliva	5	2	2	sale	q.b.	2	2	olio e.v. Oliva	3
3	3	parmigiano reggiano	10	3	3	olio e.v. Oliva	5	3	3	sale	q.b.
Pietanza	4	pasta	40								

MERCOLEDI'

Primo piatto Ricetta n. 1.43			Secondo piatto Ricetta n. 2.43			Contorno Ricetta n. 3.43			Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.43		
Condimento	n.	Ingrediente	grammatura	Pietanza	n.	Ingrediente	grammatura	Pietanza	n.	Ingrediente	grammatura
1	1	purea di carote	25	1	1	patate	20	1	1	farina	15
2	2	olio e.v. Oliva	5	2	2	zucchine	20	2	2	zucchero	10
3	3	parmigiano reggiano	10	3	3	carote	20	3	3	pane	30
4	4	pasta	40	4	4	pomodori	10	4	4	olio e.v. Oliva	2
						sale	q.b.	5	5	pan grattato	q.b.
						olio e.v. Oliva	3	6	6	Yogurt	1 ogni 10 bambini
								7	7	lievito	1 bustina ogni 10 b.
								8	8	succo di frutta	10 ml

GIOVEDI'

Primo piatto Ricetta n. 1.44			Secondo piatto			Contorno Ricetta n. 3.44			Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.44		
Condimento	n.	Ingrediente	grammatura	Pietanza	n.	Ingrediente	grammatura	Pietanza	n.	Ingrediente	grammatura
1	1	riso	35	1	1	carote	50	1	1	farina	12
2	2	mozzarella	5	2	2	latte	q.b.	2	2	lievito di birra	1/2 cubetto x 10 b
3	3	olio e.v. Oliva	5	3	3	burro	3	3	3	latte	1 cucchiaino x 10b
4	4	parmigiano reggiano	10	4	4	sale	q.b.	4	4	olio e.v. Oliva	2
5	5	uovo	1					5	5	sale	q.b.
6	6	pan grattato	q.b.					6	6	polpa di pomodoro	15
Pietanza	7	riso	35					7	7	mozzarella	10

VENERDI'

Primo piatto Ricetta n. 1.45			Secondo piatto Ricetta n. 2.45			Contorno Ricetta n. 3.45			Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.45		
Condimento	n.	Ingrediente	grammatura	Pietanza	n.	Ingrediente	grammatura	Pietanza	n.	Ingrediente	grammatura
1	1	porro	40	1	1	patate	40	1	1	farina	15
2	2	olio e.v. Oliva	5	2	2	uovo	q.b.	2	2	zucchero	5
3	3	parmigiano reggiano	10	3	3	pan grattato	3	3	3	burro	5
4	4	uovo	1	4	4	olio e.v. Oliva	3	4	4	uova	1 ogni 10 bambini
Pietanza	6	cretoni di pane	35	5	5	sale	q.b.	5	5	buccia di limone grattata	q.b.
								6	6	marmellata	10

A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
DIRETTORE dott.ssa Bruna GASPARRI



MENU' INVERNALE □ QUINTA SETTIMANA

LUNEDI'			
Secondo piatto		Contorno	
Pietanza		Ricetta n. 3.46	
n.	grammatura	n.	grammatura
1	50	1	farina
2	q.b.	2	zucchero
3	5	3	olio e.v. Oliva
Pietanza		Ricetta n. 4.46	
n.	grammatura	n.	grammatura
1	20	1	farina
2	30	2	zucchero
3	q.b.	3	olio e.v. Oliva
4	5	4	pan grattato
5	10	5	1 ogni 10 bambini
6	35	6	yogurt
		7	lievito
		8	1 bustina ogni 10 b.
			10 ml

MARTEDI'			
Secondo piatto		Contorno	
Pietanza		Ricetta n. 3.47	
n.	grammatura	n.	grammatura
1	30	1	farina
2	100	2	lievito di birra
3	q.b.	3	latte
4	5	4	olio e.v. Oliva
Pietanza		Ricetta n. 4.47	
n.	grammatura	n.	grammatura
1	12	1	farina
2	1/2 cubetto x 10 b	2	lievito di birra
3	1 cucchiaino x 10b	3	latte
4	2	4	olio e.v. Oliva
5	q.b.	5	sale grosso

MERCOLEDI'			
Secondo piatto		Contorno	
Pietanza		Ricetta n. 3.48	
n.	grammatura	n.	grammatura
1	40	1	farina
2	15	2	burro
3	q.b.	3	zucchero
4	1 ogni 15 porz.	4	uova
5	5	5	lievito
6	q.b.	6	1 bustina ogni 10 b.
Pietanza		Ricetta n. 4.48	
n.	grammatura	n.	grammatura
1	20	1	farina
2	15	2	burro
3	q.b.	3	zucchero
4	1 ogni 10 bambini	4	uova
5	1 bustina ogni 10 b.	5	lievito
6	1 bustina ogni 10 b.	6	arancio

GIOVEDI'			
Secondo piatto		Contorno	
Pietanza		Ricetta n. 3.49	
n.	grammatura	n.	grammatura
1	70	1	farina
2	q.b.	2	polpa di pomodoro
3	5	3	sale
4	5	4	olio e.v. Oliva
5	3	5	pan grattato
Pietanza		Ricetta n. 4.49	
n.	grammatura	n.	grammatura
1	30	1	farina
2	10	2	polpa di pomodoro
3	q.b.	3	sale
4	q.b.	4	olio e.v. Oliva

VENERDI'			
Secondo piatto		Contorno	
Pietanza		Ricetta n. 3.50	
n.	grammatura	n.	grammatura
1	50	1	farina
2	q.b.	2	zucchero
3	5	3	burro
4	q.b.	4	olio e.v. Oliva
Pietanza		Ricetta n. 4.50	
n.	grammatura	n.	grammatura
1	30	1	farina
2	q.b.	2	zucchero
3	q.b.	3	burro

A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
(DIETISTA dott.ssa Anna Caracciolo)
Anna Caracciolo



MENU'

MENU' PRIMAVERILE □ PRIMA SETTIMANA

LUNEDI'			Contorno			Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.51		
Primo piatto Ricetta n. 1.51			Secondo piatto			Pietanza		
Condimento	n.	Ingrediente	grammatura	Pietanza	n.	Ingrediente	grammatura	n.
1	1	vitellone magro	40		1	farina	15	1
2	2	pomodori pelati	30		2	zucchero	10	2
3	3	carote	30		3	olio e.v. Oliva	30	3
4	4	zucchini	20		4	olio e.v. Oliva	2	4
5	5	odori (sedano)	q.b.		5	pan grattato	q.b.	5
6	6	olio e.v. Oliva	10		6	yogurt	1 ogni 10 bambini	6
7	7	parmigiano reggiano	10		7	lievito	1 bustina ogni 10 b.	7
Pietanza	8	pasta all'uovo	30		8	succo di frutta	10 ml	8

MARTEDI'			Contorno			Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.52		
Primo piatto Ricetta n. 1.52			Secondo piatto Ricetta n. 2.52			Pietanza		
Condimento	n.	Ingrediente	grammatura	Pietanza	n.	Ingrediente	grammatura	n.
1	1	bietole	10		1	patate	40	1
2	2	carote	20		2	latte	q.b.	2
3	3	patate	20		3	burro	3	3
4	4	zucchini	15		4	olio e.v. Oliva	q.b.	4
5	5	olio e.v. Oliva	5					
6	6	parmigiano reggiano	10					
Pietanza	7	crostini di pane	30					

MERCOLEDI'			Contorno			Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.53		
Primo piatto Ricetta n. 1.53			Secondo piatto Ricetta n. 2.53			Pietanza		
Condimento	n.	Ingrediente	grammatura	Pietanza	n.	Ingrediente	grammatura	n.
1	1	pinoli	q.b.		1	finocchi	70	1
2	2	basilico	15		2	sale	q.b.	2
3	3	olio e.v. Oliva	3		3	parmigiano reggiano	5	3
4	4	parmigiano reggiano	5		4	olio e.v. Oliva	3	4
Pietanza	5	pasta	40		5	pan grattato	3	5

GIOVEDI'			Contorno			Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.54		
Primo piatto Ricetta n. 1.54			Secondo piatto Ricetta n. 2.54			Pietanza		
Condimento	n.	Ingrediente	grammatura	Pietanza	n.	Ingrediente	grammatura	n.
1	1	pomodori pelati	40		1	farina	25	1
2	2	odori (basilico)	q.b.		2	zucchero	10	2
3	3	olio e.v. Oliva	5		3	formaggio	q.b.	3
4	4	parmigiano reggiano	5		4	olio e.v. Oliva	q.b.	4
Pietanza	5	gnocchi di semolino	35		5	sale	q.b.	5

VENERDI'			Contorno			Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.55		
Primo piatto Ricetta n. 1.55			Secondo piatto Ricetta n. 2.55			Pietanza		
Condimento	n.	Ingrediente	grammatura	Pietanza	n.	Ingrediente	grammatura	n.
1	1	pomodori pelati	40		1	farina	20	1
2	2	tomato all'olio d'oliva (spezzettato)	10		2	zucchero	15	2
3	3	cappori	q.b.		3	latte	10 ml	3
Pietanza	4	pasta	40		4	olio e.v. Oliva	3	4
					5	uova	1 ogni 10 bambini	5
					6	lievito	1 bustina ogni 10 b.	6

A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.

INTESTA dott.ssa Bruna GARBINO

Brune Garbino



MENU' PRIMAVERILE □ SECONDA SETTIMANA

LUNEDÌ

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.56			Ricetta n. 2.56			Ricetta n. 3.56			Ricetta n. 4.56		
Condimento			Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura
1	vitellone magro	10	1	prosciutto cotto senza pollosini	30	1	patate	40	1	farina	20
2	porcedori petali	30				2	latte	q.b.	2	zucchero	15
3	odori (carote e sedano)	q.b.				3	burro	3	3	latte	10 ml
4	olio e.v. Oliva	5				4	sale	q.b.	4	olio e.v. Oliva	3
5	pani grattato	q.b.							5	uova	1 ogni 10 bambini
6	parmigiano reggiano	10							6	lievito	1 bustina ogni 10 b.

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.57			Ricetta n. 2.57			Ricetta n. 3.57			Ricetta n. 4.57		
Condimento			Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura
1	caci	35	1	carciofina	30	1	carciole	50	1	farina	12
2	odori (rosmarino)	q.b.	2			2	sale	q.b.	2	lievito di birra	1/2 cubetto x 10 b
3	olio e.v. Oliva	5	3			3	olio e.v. Oliva	5	3	latte	1 cucchiato x 10b
4	parmigiano reggiano	10	4			4			4	olio e.v. Oliva	2
Pietanza											
5	pasta	40	5			5			5	sale	q.b.
			6			6	polpa di pomodoro	15	6	polpa di pomodoro	15
									7	mozzarella	10

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.58			Ricetta n. 2.58			Ricetta n. 3.58			Ricetta n. 4.58		
Condimento			Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura
1	porodori poliali	40	1	vitellone magro	40	1	zucchino	70	1	farina	15
2	odori (basilico)	q.b.	2	ricotta	q.b.	2	sale	q.b.	2	zucchero	5
3	olio e.v. Oliva	4	3	latte	q.b.	3	olio e.v. Oliva	3	3	burro	5
4	parmigiano reggiano	5	4	parmigiano reggiano	5	4			4	uova	1 ogni 10 bambini
Pietanza											
5	pasta	40	5	olio e.v. Oliva	3	5			5	buccia di limone grattata	q.b.
									6	marmellata	10

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.59			Ricetta n. 2.59			Ricetta n. 3.59			Ricetta n. 4.59		
Condimento			Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura
1	porodori poliali	40	1	uova	1	1	finocchi	70	1	pane	30
2	odori (basilico)	q.b.	2	olio e.v. Oliva	3	2	sale	q.b.	2	polpa di pomodoro	10
3	olio e.v. Oliva	4	3	sale	q.b.	3	parmigiano reggiano	5	3	sale	q.b.
4	parmigiano reggiano	5	4			4	olio e.v. Oliva	3	4	olio e.v. Oliva	q.b.
Pietanza											
5	gnocchetti sardi	40	5			5	pani gratiato	3			

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.60			Ricetta n. 2.60			Ricetta n. 3.60			Ricetta n. 4.60		
Condimento			Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura
1	porodori poliali	25	1	merluzzo	50	1	piselli	60	1	farina	15
2	olio e.v. Oliva	4	2	uovo	1 ogni 5 porzioni	2	latte	q.b.	2	zucchero	10
3	parmigiano reggiano	10	3	pani gratiato	q.b.	3	sale	q.b.	3	pane	30
Pietanza											
4	riso	35	4	olio e.v. Oliva	3	4	olio e.v. Oliva	3	4	olio e.v. Oliva	q.b.
			5	sale fino	q.b.				5	pani gratiato	1 ogni 10 bambini
			6	ortolane (carni di finocchio □ erba cipollina)	q.b.				6	yogurt	1 bustina ogni 10 b.
									7	lievito	10 ml
									8	succo di frutta	

A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
ARTISTA GOTTSCHE LOWE CAMERINO

MENU' PRIMAVERILE □ QUARTA SETTIMANA

LUNEDI'

Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.66			Ricetta n. 3.66			Ricetta n. 4.66		
Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura
1	vitellone magro	40	1	patate	20	1	farina	20
2	porro	30	2	zucchine	20	2	zucchero	15
3	odori (carote e sedano)	q.b.	3	finocchi	20	3	latte	10 ml
4	olio e.v. Oliva	5	4	carote	20	4	olio e.v. Oliva	3
5	parmigiano reggiano	6	5	sale	q.b.	5	uova	1 ogni 10 bambini
Pietanza			6	parmigiano reggiano	4	6	lievito	1 bustina ogni 10 b.
6	pastina	40	7	olio e.v. Oliva	5			
			8	pani grigliati	3			

MARTEDI'

Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 2.67			Ricetta n. 3.67			Ricetta n. 4.67		
Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura
1	purée di spinaci	30	1	patate	20	1	farina	20
2	ricotta	30	2	zucchine	20	2	zucchero	15
3	parmigiano reggiano	5	3	finocchi	20	3	latte	10 ml
4	uova	1 ogni 6 porzioni	4	carote	20	4	olio e.v. Oliva	3
5	pani grigliati	q.b.	5	sale	q.b.	5	uova	1 ogni 10 bambini
6	olio e.v. Oliva	5	6	parmigiano reggiano	4	6	lievito	1 bustina ogni 10 b.

MERCOLEDI'

Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 2.68			Ricetta n. 3.68			Ricetta n. 4.68		
Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura
1	vitellone magro	40	1	bietta	100	1	farina	15
2	sale fino	q.b.	2	sale	q.b.	2	zucchero	10
3	olio e.v. Oliva	3	3	olio e.v. Oliva	3	3	pane	30
Pietanza						4	olio e.v. Oliva	2
1	ingrediente	grammatura				5	pan grigliato	q.b.
2	zucchine	20				6	yogurt	1 ogni 10 bambini
3	porro	15				7	lievito	1 bustina ogni 10 b.
4	odori (carote e sedano)	q.b.				8	succo di frutta	10 ml
5	parmigiano reggiano	6						
6	olio e.v. Oliva	4						

GIOVEDI'

Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.69			Ricetta n. 3.69			Ricetta n. 3.69		
Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura
1	uovo	1	1	carote	50	1	farina	12
2	latte	q.b.	2	latte	q.b.	2	lievito di birra	1/2 cubetto x 10 b
3	nocca moscata	q.b.	3	olio e.v. Oliva	5	3	latte	1 cucchiaino x 10b
4	parmigiano reggiano	10	4	sale	q.b.	4	olio e.v. Oliva	2
5	olio e.v. Oliva	5				5	sale	q.b.
Pietanza						6	polpa di pomodoro	15
6	pastina	40				7	mozzarella	10

VENERDI'

Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 2.70			Ricetta n. 2.70			Ricetta n. 4.70		
Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura
1	cuori di merluzzo	50	1	carote	50	1	farina	15
2	farina	q.b.	2	latte	q.b.	2	zucchero	5
3	odori (salvia)	q.b.	3	olio e.v. Oliva	5	3	burro	5
4	olio e.v. Oliva	5	4	sale	q.b.	4	uova	1 ogni 10 bambini
5	sale fino	q.b.				5	buccia di limone grattata	q.b.
						6	marmellata	10



MENU'

Asilo nido "Il fiore sulla navoletta"

MENU' PRIMAVERILE □ QUINTA SETTIMANA

LUNEDI'

Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.71			Ricetta n. 3.71			Ricetta n. 4.71		
Condimento	Pietanza		n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura
1	odori (carota e sedano)	q.b.	1	patate	20	1	pane	30
2	odori (pomodori polati)	40	2	zucchine	20	2	burro	3
3	piselli	10	3	melanzane	20	3	zucchero	q.b.
4	prosciutto cotto	30	4	porri	20			
5	olio e.v. Oliva	5	5	sale	q.b.			
6	parmigiano reggiano	5	6	parmigiano reggiano	5			
7	pan grattato	q.b.	7	olio e.v. Oliva	5			
Pietanza			8	pan grattato	3			
8	patate	40						

MARTEDI'

Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 2.72			Ricetta n. 3.72			Ricetta n. 4.72		
Condimento	Pietanza		n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura
1	carciofi	30	1	patate	40	1	farina	12
2	zucchine	15	2	odori (porrazzolo)	q.b.	2	lievito di birra	1/2 cubetto x 10 b
3	odori (pomodori polati)	q.b.	3	sale	q.b.	3	latte	1 cucchiaino x 10b
4	olio e.v. Oliva	5	4	olio e.v. Oliva	5	4	olio e.v. Oliva	2
5	parmigiano reggiano	10				5	sale grosso	q.b.
Pietanza								
6	cous cous	30						

MERCOLEDI'

Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 2.73			Ricetta n. 3.73			Ricetta n. 4.73		
Condimento	Pietanza		n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura
1	cuore di melanzane	15	1	spinaci	100	1	farina	20
2	zucchine	20	2	sale	q.b.	2	zucchero	15
3	odori (basilico)	q.b.	3	olio e.v. Oliva	3	3	latte	10 ml
4	olio e.v. Oliva	5				4	olio e.v. Oliva	3
5	cirque cereali	35	4	Succo di limone	q.b.	5	uova	1 ogni 10 bambini
Pietanza			5	olio e.v. Oliva	q.b.	6	lievito	1 bustina ogni 10 b.

GIOVEDI'

Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 2.74			Ricetta n. 3.74			Ricetta n. 4.74		
Condimento	Pietanza		n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura
1	uova	40	1	zucchine	70	1	pane	30
2	olio e.v. Oliva	3	2	sale	q.b.	2	polpa di pomodoro	10
3	latte	q.b.	3	olio e.v. Oliva	3	3	sale	q.b.
4	parmigiano reggiano	5				4	olio e.v. Oliva	q.b.
5	sale	q.b.						

VENERDI'

Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 2.75			Ricetta n. 3.75			Ricetta n. 4.75		
Condimento	Pietanza		n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura
1	filetto di melanzane	50	1	carote	50	1	farina	15
2	porro	20	2	sale	q.b.	2	zucchero	10
3	odori (basilico)	q.b.	3	olio e.v. Oliva	3	3	mele	30
4	olio e.v. Oliva	5				4	olio e.v. Oliva	2
5	sale fino	q.b.				5	pan grattato	q.b.
Pietanza						6	pan grattato	1 ogni 10 bambini
6	parmigiano reggiano	10				7	lievito	1 bustina ogni 10 b.
7	riso	35				8	succo di frutta	10 ml

A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
(PATISTA dott.ssa Bruna Caporaso)

Bruna Caporaso



5		gnocchetti sardi		40		6		sale		q.b	
VENERDI'											
Primo piatto						Secondo piatto					
Ricetta n. 1.80						Ricetta n. 2.80					
Condimento						Pietanza					
n.		ingrediente		grammatura		n.		ingrediente		grammatura	
1		pomodori pelati		40		1		cuori di merluzzio		50	
2		pasta di melanzane		20		2		farina		q.b	
3		olio e.v. Oliva		4		3		odori (salvia)		q.b	
4		parmigiano reggiano		10		4		olio e.v. Oliva		3	
5						5		sale, fino		q.b	
Contorno						Pietanza					
n.		ingrediente		grammatura		n.		ingrediente		grammatura	
1		frutta di stagione		80		1		zucchini		70	
2		latte		q.b.		2		sale		q.b.	
3				3		3		olio e.v. Oliva			
Merenda pomeridiana						Pietanza					
n.		ingrediente		grammatura		n.		ingrediente		grammatura	
1		frutta di stagione		80		1		zucchini		70	
2		latte		q.b.		2		sale		q.b.	
3				3		3		olio e.v. Oliva			
Ricetta n. 4.80						Ricetta n. 3.80					

[illegible]

MENU'

Asilo nido "Il fiore sulla nuvoletta"

MENU' ESTIVO □ SECONDA SETTIMANA

LUNEDI'

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.81			Ricetta n. 2.81			Ricetta n. 3.81			Ricetta n. 4.81		
Condimento	Ingrediente	grammatura	Pietanza	Ingrediente	grammatura	Pietanza	Ingrediente	grammatura	Pietanza	Ingrediente	grammatura
n.	1	q.b.	n.	1	40	n.	1	30	n.	1	25
1	pinoli	q.b.	1	vitellone magro	30	1	Intiuga	5	1	panna liquida	10
2	basilico	15	2	pomodori pelati	q.b.	2	mais	q.b.	2	aucifero	10
3	olio e.v. Oliva	4	3	odori (carote e sedano)	3	3	sale	3	3	uova	1 ogni 4 bambini
4	parmigiano reggiano	10	4	olio e.v. Oliva	3	4	olio e.v. Oliva	3	4	banana	50
Pietanza											
5	pasta				40						

MARTEDI'

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.82			Ricetta n. 2.82			Ricetta n. 3.82			Ricetta n. 4.82		
Condimento	Ingrediente	grammatura	Pietanza	Ingrediente	grammatura	Pietanza	Ingrediente	grammatura	Pietanza	Ingrediente	grammatura
n.	1	20	n.	1	30	n.	1	60	n.	1	30
1	carote	15	1	mozzarella	q.b.	1	porro	q.b.	1	pano	10
2	zucchino	q.b.	2		5	2	sale	5	2	polpa di pomodoro	10
3	odori (basilico)	5	3			3	olio e.v. Oliva		3	sale	q.b.
4	olio e.v. Oliva		4						4	olio e.v. Oliva	q.b.
Pietanza											
4	orzo				35						

MERCOLEDI'

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.83									Ricetta n. 4.83		
Condimento			Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura
1	gioviana	15	1	farina	10	1	farina	15	1	farina	15
2	prosciutto cotto	30	2	zucchero	30	2	zucchero	10	2	zucchero	10
3	pan grattato	q.b.	3	peschio	30	3	peschio	30	3	peschio	30
4	pan grattato		4	olio e.v. Oliva	2	4	olio e.v. Oliva	2	4	olio e.v. Oliva	2
Pietanza			5 <td>pan grattato</td> <td>q.b.</td>	pan grattato	q.b.	5 <td>pan grattato</td> <td>q.b.</td>	pan grattato	q.b.	5 <td>pan grattato</td> <td>q.b.</td>	pan grattato	q.b.
6	piatto	40	6	yogurt	1 ogni 10 bambini	6	yogurt	1 ogni 10 bambini	6	yogurt	1 ogni 10 bambini

GIOVEDI'

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.84			Ricetta n. 2.84			Ricetta n. 3.84			Ricetta n. 4.84		
Condimento			Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura
1	purea di carciofi	25	1	uovo	1	1	lappolini	100	1	frutta di stagione	80
2	olio e.v. Oliva	5	2			2	sale	q.b.	2	latte	q.b.
						3	olio e.v. Oliva	3.			

VENERDI'

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.85			Ricetta n. 2.85			Ricetta n. 3.85			Ricetta n. 4.85		
Condimento			Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura
1	condor: freschi	20	1	filetto di scogliolo	50	1	zucchino	70	1	panna liquida	25
2	olio	q.b.	2	farina	q.b.	2	sale	q.b.	2	aucifero	10
3	mais	10	3	olio e.v. Oliva	3	3	olio e.v. Oliva	3	3	uova	1 ogni 4 bambini
4	carote	20	4	sale fino	q.b.				4	Polpa di frutta di stagione	80
5	odori (fussilico)	q.b.									
6	olio e.v. Oliva	4									
Pietanza											
7	riso	35									

A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
(ISTITUTO dell'Asilo Bruno Galvani)



MENU' ESTIVO □ QUARTA SETTIMANA

LUNEDI'

Primo piatto Ricetta n. 1.91				Secondo piatto Ricetta n. 2.91				Contorno Ricetta n. 3.91				Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.91			
Condimento				Pietanza				Pietanza				Pietanza			
n.	ingrediente	grammatura		n.	ingrediente	grammatura		n.	ingrediente	grammatura		n.	ingrediente	grammatura	
1	pomodori freschi	40		1	manzo	40		1	patate	40		1	farina	15	
2	odori (basilico)	q.b.		2	mellica di pane	15		2	odori (carota, cipolla sedano)	q.b.		2	zucchero	10	
3	olio e.v. Oliva	4		3	uovo	1 ogni 1/5 porz.		3	sale	q.b.		3	susino	30	
Pietanza				4	parmigiano reggiano	5		4	pomodori patati	10		4	olio e.v. Oliva	2	
				5	olio e.v. Oliva	3		5	olio e.v. Oliva	3		5	pan grattato	q.b.	
4	pasta	40		6	sale fino	q.b.						6	yonjurt	1 ogni 10 bambini	

MARTEDI'

Primo piatto Ricetta n. 1.92				Secondo piatto Ricetta n. 2.92				Contorno Ricetta n. 3.92				Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.92			
Condimento				Pietanza				Pietanza				Pietanza			
n.	ingrediente	grammatura		n.	ingrediente	grammatura		n.	ingrediente	grammatura		n.	ingrediente	grammatura	
1	purea di piselli	20		1	ovoline	30		1	carote	50		1	panna liquida	25	
2	olio e.v. Oliva	5						2	sale	q.b.		2	auchero	10	
3	parmigiano reggiano	5						3	olio e.v. Oliva	5		3	uova	1 ogni 4 bambini	
Pietanza												4	Polpa di frutta di stagione	80	
4	pasta	40													

MERCOLEDI'

Primo piatto Ricetta n. 1.93				Secondo piatto				Contorno Ricetta n. 3.93				Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.93			
Condimento				Pietanza				Pietanza				Pietanza			
n.	ingrediente	grammatura		n.	ingrediente	grammatura		n.	ingrediente	grammatura		n.	ingrediente	grammatura	
1	mozzarella	10		1	pomodori	60		1	pomodori	60		1	farina	20	
2	prosciutto cotto	30		2	sale	q.b.		2	olio e.v. Oliva	5		2	zucchero	15	
3	pan grattato	q.b.		3				3	sale	q.b.		3	latte	10 ml	
4	olio e.v. Oliva	5										4	olio e.v. Oliva	3	
Pietanza												5	uova	1 ogni 10 bambini	
												6	lievito	1 bustina ogni 10 b.	
5	patate	40													

GIOVEDI'

Primo piatto Ricetta n. 1.94				Secondo piatto Ricetta n. 2.94				Contorno				Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.94			
Condimento				Pietanza				Pietanza				Pietanza			
n.	ingrediente	grammatura		n.	ingrediente	grammatura		n.	ingrediente	grammatura		n.	ingrediente	grammatura	
1	pomodori freschi	20		1	uova	1		1	pane	30		1	pane	30	
2	olio	q.b.		2	olio e.v. Oliva	5		2	olio e.v. Oliva	3		2	olio e.v. Oliva	3	
3	mais	10		3	sale	q.b.		3	sale	q.b.		3	sale	q.b.	
4	carota	20													
5	odori (basilico)	q.b.													
6	olio e.v. Oliva	5													
Pietanza															
7	pasta	40													

VENERDI'

Primo piatto Ricetta n. 1.95				Secondo piatto Ricetta n. 2.95				Contorno Ricetta n. 3.95				Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.95			
Condimento				Pietanza				Pietanza				Pietanza			
n.	ingrediente	grammatura		n.	ingrediente	grammatura		n.	ingrediente	grammatura		n.	ingrediente	grammatura	
1	purea di spinaci	25		1	merluzzo	50		1	finocchi	70		1	panna liquida	25	
2	olio e.v. Oliva	4		2	uovo	1 ogni 6 porzioni		2	sale	q.b.		2	auchero	10	
3	parmigiano reggiano	10		3	pan grattato	q.b.		3	parmigiano reggiano	3		3	uova	1 ogni 4 bambini	
Pietanza				4	olio e.v. Oliva	3		4	olio e.v. Oliva	3		4	panche	50	
				5	sale fino	q.b.		5	pan grattato	3					
4	riso	35													

A.S.L. RM.E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
Dietista dott.ssa Bruna Garbuio



MENU' ESTIVO □ QUINTA SETTIMANA

LUNEDI'

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.96			Ricetta n. 2.96			Ricetta n. 3.96			Ricetta n. 4.96		
Condimento			Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura
1	cuore di polizzano	15	1	prosciutto cotto senza polifosfati	30	1	zucchine	60	1	panna liquida	25
2	zucchino	20				2	sale	q.b.	2	zucchero	10
3	odori (basilico)	q.b.				3	olio e.v. Oliva	3	3	uovo	1
4	odori (fenchel)	5									
5	parmigiano reggiano	10									
6	pan gratato	q.b.									
Pietanza									Polpa di frutta di stagione		
7	cinque cereali	35							4		80

MARTEDI'

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.97			Ricetta n. 2.97			Ricetta n. 3.97			Ricetta n. 4.97		
Condimento			Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura
1	carote	20	1	prosciutto	30	1	zucchine	70	1	frutta di stagione	80
2	zucchine	15				2	sale	q.b.	2	latte	q.b.
3	pomodori pelati	q.b.				3	olio e.v. Oliva	5			
4	olio e.v. Oliva	5									
Pietanza											
5	cavolfiori	30									

MERCOLEDI'

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.98			Ricetta n. 2.98						Ricetta n. 4.98		
Condimento			Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura
1	pomodori pelati	20	1	manzo	40	1	finocchi	70	1	panna liquida	25
2	ricotta	10	2	zucchine	20	2	sale	q.b.	2	zucchero	10
3	basilico	q.b.	3	olio e.v. Oliva	5	3	parmigiano reggiano	5	3	uova	1 ogni 4 bambini
4	olio e.v. Oliva	5	4	parmigiano reggiano	5	4	olio e.v. Oliva	5			
5	parmigiano reggiano	5	5	sale fino	q.b.	5	pan gratato	3			
Pietanza			6	pomodori pelati	q.b.						
6	patata	40									

GIOVEDI'

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.99						Ricetta n. 3.99			Ricetta n. 4.99		
Condimento			Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura
1	mozzarella	10	1	finocchi	70	1	finocchi	12	1	panna liquida	25
2	uovo	1 ogni 2 porzioni	2	sale	q.b.	2	zucchine	5	2	zucchero	10
3	parmigiano reggiano	5	3	parmigiano reggiano	5	3	parmigiano reggiano	5	3	latte	1 cucchiaino x 10b
4	pan gratato	q.b.	4	olio e.v. Oliva	5	4	olio e.v. Oliva	2	4	olio e.v. Oliva	2
5	olio e.v. Oliva	5	5	pan gratato	3	5	sale	q.b.	5	sale	q.b.
Pietanza						6	polpa di pomodoro	15	6	polpa di pomodoro	15
6	patato	40				7	mozzarella	10	7	mozzarella	10

VENERDI'

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.100			Ricetta n. 2.100			Ricetta n. 3.100			Ricetta n. 4.100		
Condimento			Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura	n.	ingrediente	grammatura
1	filetti di merluzzo	10	1	basiliconi di pesce	40	1	carote	50	1	finna	15
2	pomodori pelati	30	2	sale fino	q.b.	2	sale	q.b.	2	zucchero	10
3	odori (carote e sedano)	q.b.	3	olio e.v. Oliva	3	3	olio e.v. Oliva	3	3	zucchino	30
4	olio e.v. Oliva	40							4	olio e.v. Oliva	2
Pietanza									5	pan gratato	q.b.
5	patata	40							6	pan gratato	q.b.
									7	latte	1 bustina ogni 10 b.
									8	latte	10 ml

A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
DIRETTORE DOTT. SSA BRUNA CARBUNODott. SSA Bruna Carbone
Dott. SSA Bruna Carbone

24-36 MESI

RICETTARIO

MENÙ AUTUNNALE - PRIMA SETTIMANA

LUNEDÌ

Primo piatto Ricetta n. 1.1			Secondo piatto Ricetta n. 2.1			Contorno Ricetta n. 3.1			Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.1		
Condimento			Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura
1	odori (carote e sedano)	q.b.	1	vitellone magro	50	1	zucchini	50	1	farina	15
2	porrodi pelati	30	2	porrodi pelati	20	2	sale	q.b.	2	zucchero	10
3	olio e.v. Oliva	4	3	odori (carote e sedano)	q.b.	3	olio e.v. Oliva	3	3	miele	30
4	parmigiano reggiano	10	4	olio e.v. Oliva	3				4	olio e.v. Oliva	2
5	pan grattato	q.b.							5	pan grattato	q.b.
Pietanza											
6	patata	50							6	yogurt	1 ogni 10 bambini
									7	lievito	1 bustina ogni 10 b.
									8	succo di frutta	10 ml

MARTEDÌ

Primo piatto Ricetta n. 1.2			Secondo piatto Ricetta n. 2.2			Contorno Ricetta n. 3.2			Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.2		
Condimento			Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura
1	batole	10	1	caciottina	35	1	carote	40	1	pane	30
2	carote	20				2	sale	q.b.	2	polpa di pomodoro	10
3	patata	20				3	olio e.v. Oliva	5	3	sale	q.b.
4	zucchini	10							4	olio e.v. Oliva	q.b.
5	olio e.v. Oliva	5									
6	parmigiano reggiano	10									
Pietanza			7	orzo	30						

MERCOLEDÌ

Primo piatto Ricetta n. 1.3			Secondo piatto Ricetta n. 2.3			Contorno Ricetta n. 3.3			Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.3		
Condimento			Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura
1	porrodi pelati	30	1	arrosto di tacchino	50	1	patate	50	1	pane	30
2	puro di melanzane	20	2	odori (rosmarino)	q.b.	2	odori (rosmarino)	q.b.	2	burro	3
3	olio e.v. Oliva	4	3	sale grosso	q.b.	3	sale	q.b.	3	zucchero	q.b.
4	parmigiano reggiano	10	4	olio e.v. Oliva	3		olio e.v. Oliva	3			
Pietanza											
5	riso	40									

GIOVEDÌ

Primo piatto Ricetta n. 1.4			Secondo piatto Ricetta n. 2.4			Contorno Ricetta n. 3.4			Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.4		
Condimento			Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura
1	burro	5	1	zucchini	60	1	farina	25	1	farina	25
2	odori (salvia)	q.b.	2	uova	1	2	fontina	10	2	fontina	10
3	parmigiano reggiano	5	3	olio e.v. Oliva	5	3	rosmarino	q.b.	3	rosmarino	q.b.
4	gnocchetti	40	4	latte	q.b.	4	olio e.v. Oliva	q.b.	4	olio e.v. Oliva	q.b.
5			5	parmigiano reggiano	5	5	sale	q.b.	5	sale	q.b.
			6	sale	q.b.						

VENERDÌ

Primo piatto Ricetta n. 1.5			Secondo piatto Ricetta n. 2.5			Contorno Ricetta n. 3.5			Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.5		
Condimento			Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura
1	pinoli	q.b.	1	maialino	60	1	spinaci	100	1	farina	20
2	basilico	15	2	patata	30	2	sale	q.b.	2	zucchero	15
3	olio e.v. Oliva	4	3	pan grattato	q.b.	3	olio e.v. Oliva	3	3	latte	10 ml
4	parmigiano reggiano	10	4	olio e.v. Oliva	3				4	olio e.v. Oliva	3
Pietanza			5	sale fino	q.b.				5	uova	1 ogni 10 bambini
5	patata	50							6	lievito	1 bustina ogni 10 b.



A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
PEDIATRA dott.ssa Bruno Carpacchio
DOTT.SSA Valeria Salvatore
N. 051589

MENU' AUTUNNALE - SECONDA SETTIMANA

LUNEDI'

Primo piatto
Ricetta n. 1.6

Condimento

n. Ingrediente

grammatura

1

odori (carote e sedano)

q.b.

2

patate

20

3

porro

10

4

olio e.v. Oliva

4

7

parmigiano reggiano

10

Pietanza

7

pasta

40

Secondo piatto
Ricetta n. 2.6

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

arrosto di manzo

50

2

odori (rosmarino)

q.b.

3

sale grosso

q.b.

4

olio e.v. Oliva

3

Contorno
Ricetta n. 3.6

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

bieta

100

2

sale

q.b.

3

olio e.v. Oliva

3

Merenda pomeridiana
Ricetta n. 4.6

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

farina

20

2

zucchero

15

3

latte

10 ml

4

olio e.v. Oliva

3

5

uova

1 ogni 10 bambini

6

lievito

1 bustina ogni 10 b.

MARTEDI'

Primo piatto
Ricetta n. 1.7

Condimento

n. Ingrediente

grammatura

1

legumi vari

35

2

cipolla

5

3

basilico

q.b.

4

olio e.v. Oliva

5

5

parmigiano reggiano

10

Pietanza

6

pasta

50

Secondo piatto
Ricetta n. 2.7

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

ricotta

35

Contorno
Ricetta n. 3.7

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

zucchino

70

2

sale

q.b.

3

olio e.v. Oliva

5

Merenda pomeridiana
Ricetta n. 4.7

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

farina

12

2

lievito di birra

1/2 cubetto x 10 b

3

latte

1 cucchiaino x 10b

4

olio e.v. Oliva

2

5

sale

q.b.

6

polpa di pomodoro

15

7

mozzarella

10

MERCOLEDI'

Primo piatto
Ricetta n. 1.8

Condimento

n. Ingrediente

grammatura

1

purea di zuccchine

25

2

olio e.v. Oliva

4

3

parmigiano reggiano

4

Pietanza

4

riso

40

Secondo piatto
Ricetta n. 2.8

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

maiz

50

2

molluca di pane

15

3

uovo

1 ogni 15 porz.

4

parmigiano reggiano

3

5

olio e.v. Oliva

3

6

sale fino

q.b.

Contorno
Ricetta n. 3.8

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

finocchi

70

2

sale

q.b.

3

parmigiano reggiano

3

4

olio e.v. Oliva

3

5

pan grattato

3

Merenda pomeridiana
Ricetta n. 4.8

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

farina

15

2

zucchero

5

3

burro

5

4

uova

1 ogni 10 bambini

5

buccia di limone grattata

q.b.

6

marmellata

10

GIOVEDI'

Primo piatto
Ricetta n. 1.9

Condimento

n. Ingrediente

grammatura

1

burro

5

2

parmigiano reggiano

10

Pietanza

5

gnocchi di semolino

40

Secondo piatto
Ricetta n. 2.9

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

uova

1

2

olio e.v. Oliva

5

3

sale

q.b.

Contorno
Ricetta n. 3.9

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

finocchi

100

2

sale

q.b.

3

olio e.v. Oliva

3

Merenda pomeridiana
Ricetta n. 4.9

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

farina

15

2

zucchero

10

3

porro

20

4

olio e.v. Oliva

2

5

pan grattato

q.b.

6

pan grattato

1 ogni 10 bambini

7

yogurt

1 bustina ogni 10 b.

8

succo di frutta

10 ml

VENERDI'

Primo piatto
Ricetta n. 1.10

Condimento

n. Ingrediente

grammatura

1

carote

20

2

zucchino

15

3

olio e.v. Oliva

4

4

parmigiano reggiano

10

Pietanza

5

pasta

50

Secondo piatto
Ricetta n. 2.10

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

filetto di sogliola

50

2

farina

q.b.

3

olio e.v. Oliva

3

4

sale fino

q.b.

Contorno
Ricetta n. 3.10

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

carote

50

2

latte

q.b.

3

olio e.v. Oliva

3

4

sale

q.b.

Merenda pomeridiana
Ricetta n. 4.10

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

pane

30

2

polpa di pomodoro

q.b.

3

sale

q.b.

4

olio e.v. Oliva

q.b.



A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
TOLISTIA dott. ssa Bruna Caputo

MENU AUTUNNALE - TERZA SETTIMANA

LUNEDI'

Primo piatto
Ricetta n. 1.11

Condimento

n. Ingrediente

grammatura

1

porro

40

2

odori (basilico)

q.b.

3

olio e.v. Oliva

5

4

parmigiano reggiano

10

Pietanza

5

pasta all'uovo

40

Secondo piatto
Ricetta n. 2.11

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

prosciutto cotto senza polifosfati

30

Contorno
Ricetta n. 3.11

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

carote

50

2

sale

q.b.

3

olio e.v. Oliva

5

Merenda pomeridiana
Ricetta n. 4.11

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

farina

15

2

zucchero

5

3

burro

5

4

uova

1 ogni 10 bambini

5

buccia di limone grattata

q.b.

6

marmellata

10

MARTEDI'

Primo piatto
Ricetta n. 1.12

Condimento

n. Ingrediente

grammatura

1

ceci

35

2

odori (rosmarino)

q.b.

3

olio e.v. Oliva

5

4

parmigiano reggiano

10

Pietanza

5

pasta

50

Secondo piatto
Ricetta n. 2.12

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

stracchino

35

Contorno
Ricetta n. 3.12

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

finocchi

70

2

sale

q.b.

3

olio e.v. Oliva

5

Merenda pomeridiana
Ricetta n. 4.12

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

farina

25

2

fontina

10

3

rosmarino

q.b.

4

olio e.v. Oliva

q.b.

5

sale

q.b.

MERCOLEDI'

Primo piatto
Ricetta n. 1.13

Condimento

n. Ingrediente

grammatura

1

purea di spinaci

25

2

farina

4

3

parmigiano reggiano

10

Pietanza

4

riso

40

Secondo piatto
Ricetta n. 2.13

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

petto di pollo

50

2

farina

q.b.

3

odori (falsiva)

q.b.

4

olio e.v. Oliva

3

5

sale fino

q.b.

Contorno
Ricetta n. 3.13

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

finocchi

100

2

sale

q.b.

3

olio e.v. Oliva

3

Merenda pomeridiana
Ricetta n. 4.13

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

farina

15

2

zucchero

10

3

mele

30

4

olio e.v. Oliva

2

5

pano grattato

q.b.

6

yo-yourt

1 ogni 10 bambini

7

lievito

1 bustina ogni 10 b.

8

succo di frutta

10 ml

GIOVEDI'

Primo piatto
Ricetta n. 1.14

Condimento

n. Ingrediente

grammatura

1

porro

40

2

odori (basilico)

q.b.

3

olio e.v. Oliva

5

4

parmigiano reggiano

5

Pietanza

5

gnocchi

40

Secondo piatto
Ricetta n. 2.14

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

zucchine

15

2

carote

15

3

piselli

15

4

uova

1

5

latte

q.b.

6

olio e.v. Oliva

5

7

parmigiano reggiano

5

8

sale

q.b.

Contorno

Merenda pomeridiana
Ricetta n. 4.14

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

pano

30

2

olio e.v. Oliva

3

3

sale

q.b.

VENERDI'

Primo piatto
Ricetta n. 1.15

Condimento

n. Ingrediente

grammatura

1

purea di carote

25

2

olio e.v. Oliva

4

3

parmigiano reggiano

10

Pietanza

4

pasta

50

Secondo piatto
Ricetta n. 2.15

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

cuori di merluccio

60

2

farina

q.b.

3

olio e.v. Oliva

3

4

sale fino

q.b.

Contorno
Ricetta n. 3.15

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

patate

60

2

odori (rosmarino)

q.b.

3

sale

q.b.

4

olio e.v. Oliva

3

Merenda pomeridiana
Ricetta n. 4.15

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

farina

20

2

zucchero

15

3

latte

10 ml

4

olio e.v. Oliva

3

5

uova

1 ogni 10 bambini

6

lievito

1 bustina ogni 10 b.



A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
RICETTARIO dott.ssa BRUNA CARUSO

MENU' AUTUNNALE - QUARTA SETTIMANA

LUNEDI'											
Primo piatto Ricetta n. 1.16			Secondo piatto Ricetta n. 2.16			Contorno Ricetta n. 3.16			Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.16		
Condimento			Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura
1	pomodori pelati	20	1	manzo	50	1	patate	20	1	farina	12
2	basilico	15	2	cipolla	q.b.	2	zucchine	20	2	lievito di birra	1/2 cucchiaino x 10 b
3	olio e.v. Oliva	q.b.	3	olio e.v. Oliva	4	3	melanzane	20	3	latte	1 cucchiaino x 10 b
4	parmigiano reggiano	3	4	sale fino	q.b.	4	pomodori	20	4	olio e.v. Oliva	2
5		5				5	sale	q.b.	5	sale	q.b.
Pietanza		50				6	parmigiano reggiano	5	6	polpa di pomodoro	15
6	pasta	50				7	olio e.v. Oliva	3	7	mozzarella	10
MARTEDI'											
Primo piatto Ricetta n. 1.17			Secondo piatto Ricetta n. 2.17			Contorno Ricetta n. 3.17			Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.17		
Condimento			Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura
1	lenticchie	35	1	tonno	35	1	carote	50	1	farina	15
2	cipolla	5	2	erbette (semi di finocchio – erba cipollina)	q.b.	2	sale	q.b.	2	zucchero	10
3	olio e.v. Oliva	5	3	olio e.v. Oliva	q.b.	3	olio e.v. Oliva	5	3	patate	30
4	parmigiano reggiano	10							4	olio e.v. Oliva	2
Pietanza		50				5	pan grattato	q.b.	5	pan grattato	q.b.
5	pasta	50				6	yogurt	1 ogni 10 bambini	6	yogurt	1 bustina ogni 10 b.
						7	lievito	1 bustina ogni 10 b.	7	lievito	1 bustina ogni 10 b.
						8	succo di frutta	10 ml	8	succo di frutta	10 ml
MERCOLEDI'											
Primo piatto Ricetta n. 1.18			Secondo piatto Ricetta n. 2.18			Contorno Ricetta n. 3.18			Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.18		
Condimento			Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura
1	purata di carote	25	1	vitello	50	1	zucchine	70	1	pane	30
2	olio e.v. Oliva	4	2	farina	q.b.	2	sale	q.b.	2	olio e.v. Oliva	3
3	parmigiano reggiano	10	3	Succo di limone	q.b.	3	olio e.v. Oliva	3	3	sale	q.b.
4			4	olio e.v. Oliva	3						
Pietanza		40	5	sale fino	q.b.						
4	riso	40									
GIOVEDI'											
Primo piatto Ricetta n. 1.19			Secondo piatto Ricetta n. 2.19			Contorno			Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.19		
Condimento			Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura
1	pomodori pelati	40	1	patate	30	1	farina	15	1	farina	15
2	caroti (freschi)	q.b.	2	uova	1	2	zucchero	5	2	zucchero	5
3	olio e.v. Oliva	5	3	olio e.v. Oliva	5	3	burro	5	3	burro	5
4	parmigiano reggiano	5	4	latte	q.b.	4	uova	1 ogni 10 bambini	4	uova	1 ogni 10 bambini
Pietanza		50	5	parmigiano reggiano	5	5	buccia di limone grattata	q.b.	5	buccia di limone grattata	q.b.
5	gnocchetti sardi	50	6	sale	q.b.	6	marmellata	10	6	marmellata	10
VENERDI'											
Primo piatto Ricetta n. 1.20			Secondo piatto Ricetta n. 2.20			Contorno Ricetta n. 3.20			Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.20		
Condimento			Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura
1	pomodori pelati	30	1	filetto di merluzzo	60	1	spinaci	100	1	pane	30
2	tonno all'olio d'oliva (sgocciolato)	10	2	pomodoro	20	2	sale	q.b.	2	polpa di pomodoro	10
3	cipollini	q.b.	3	origano	q.b.	3	olio e.v. Oliva	5	3	sale	q.b.
Pietanza		50	4	olio e.v. Oliva	5				4	olio e.v. Oliva	q.b.
5	pasta	50	5	sale fino	q.b.						



A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
(POSTATA GOTT. SAN BUENA CARTELLI)

MENU AUTUNNALE – QUINTA SETTIMANA

LUNEDI'									
Primo piatto Ricetta n. 1.21			Secondo piatto Ricetta n. 2.21			Contorno		Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.21	
Condimento			Condimento			Pietanza		Pietanza	
n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	n.	Ingrediente
1	vitellone magro	15	1	patate	40	1	farina	1	farina
2	porrodi pelati	30	2	prosciutto cotto senza pollosini	30	2	zucchero	2	zucchero
3	odori (carote e sedano)	q.b.	3	pan grattato	q.b.	3	burro	3	burro
4	olio e.v. Oliva	5	4	olio e.v. Oliva	5	4	uova	5	uova
5	parmigiano reggiano	5	5	sale fino	q.b.	5	buccia di limone grattata	1	ogni 10 bambini
Pietanza			6	parmigiano reggiano	5	6	marmellata	10	q.b.
6	pasta	50							
MARTEDI'									
Primo piatto Ricetta n. 1.22			Secondo piatto Ricetta n. 2.22			Contorno		Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.22	
Condimento			Condimento			Pietanza		Pietanza	
n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	n.	Ingrediente
1	carote	30	1	caciottina	35	1	farina	1	farina
2	zucchini	30				2	fontina	2	fontina
3	porrodi pelati	20				3	rosmarino	3	rosmarino
4	olio e.v. Oliva	10				4	olio e.v. Oliva	4	olio e.v. Oliva
Pietanza						5	sale	5	sale
5	colis couis	35							
MERCOLEDI'									
Primo piatto Ricetta n. 1.23			Secondo piatto Ricetta n. 2.23			Contorno		Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.23	
Condimento			Condimento			Pietanza		Pietanza	
n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	n.	Ingrediente
1	odori (carote e sedano)	q.b.	1	maiz	50	1	farina	1	farina
2	porrodi pelati	40	2	spinaci	20	2	zucchero	2	zucchero
3	olio e.v. Oliva	5	3	pan grattato	q.b.	3	latte	3	latte
4	parmigiano reggiano	5	4	olio e.v. Oliva	5	4	olio e.v. Oliva	4	olio e.v. Oliva
5	pan grattato	q.b.	5	sale fino	q.b.	5	uova	5	uova
Pietanza						6	lievito	1	ogni 10 bambini
6	riso	40							1 bustina ogni 10 b.
GIOVEDI'									
Primo piatto Ricetta n. 1.24			Secondo piatto			Contorno		Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.24	
Condimento			Condimento			Pietanza		Pietanza	
n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	n.	Ingrediente
1	uovo	1	1	finocchi	70	1	pane	1	pane
2	latte	q.b.	2	sale	q.b.	2	polpa di pomodoro	2	polpa di pomodoro
3	rioso moscata	q.b.	3	parmigiano reggiano	5	3	sale	3	sale
4	parmigiano reggiano	5	4	olio e.v. Oliva	5	4	olio e.v. Oliva	4	olio e.v. Oliva
5	olio e.v. Oliva	5	5	pan grattato	3	5		5	
Pietanza									
5	pasta	50							
VENERDI'									
Primo piatto Ricetta n. 1.25			Secondo piatto Ricetta n. 2.25			Contorno		Merenda pomeridiana Ricetta n. 4.25	
Condimento			Condimento			Pietanza		Pietanza	
n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	n.	Ingrediente
1	filotti di meluzzo	10	1	filotti di halibut	50	1	pane	1	pane
2	porrodi pelati	30	2	zucchini	20	2	burro	2	burro
3	odori (carote e sedano)	q.b.	3	pan grattato	q.b.	3	zucchero	3	zucchero
4	olio e.v. Oliva	5	4	olio e.v. Oliva	5				
Pietanza			5	sale fino	q.b.				
5	pasta	50							

A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
PEDIATRA Dott.ssa Bruna GARELLI

MENU' INVERNALE - PRIMA SETTIMANA

LUNEDI'

Primo piatto
Ricetta n. 1.26

Condimento

n. Ingrediente grammatura

1 vitellone magro 15

2 pomodori pelati 30

3 odori (carote e sedano) q.b.

4 olio e.v. Oliva 5

5 parmigiano reggiano 10

Pietanza

6 pasta all'uovo 40

Secondo piatto
Ricetta n. 2.26

Pietanza

n. Ingrediente grammatura

1 prosciutto cotto senza polifosfati 30

2 piselli 20

3 olio e.v. Oliva 5

4 sale fino q.b.

Contorno

Merenda pomeridiana
Ricetta n. 4.26

Pietanza

n. Ingrediente grammatura

1 farina 15

2 zucchero 10

3 mele 30

4 olio e.v. Oliva 2

5 pan grattato q.b.

6 yogurt 1 ogni 10 bambini

7 lievito 1 bustina ogni 10 b.

8 succo di frutta 10 ml

MARTEDI'

Primo piatto
Ricetta n. 1.27

Condimento

n. Ingrediente grammatura

1 ceci 35

2 odori (rosmarino) q.b.

3 olio e.v. Oliva 5

5 parmigiano reggiano 10

Pietanza

7 pasta 50

Secondo piatto
Ricetta n. 2.27

Pietanza

n. Ingrediente grammatura

1 caciottina 35

Contorno

Merenda pomeridiana
Ricetta n. 4.27

Pietanza

n. Ingrediente grammatura

1 pane 30

2 polpa di pomodoro 10

3 sale q.b.

4 olio e.v. Oliva q.b.

MERCOLEDI'

Primo piatto
Ricetta n. 1.28

Condimento

n. Ingrediente grammatura

1 pomodori pelati 40

2 odori (basilico) q.b.

3 olio e.v. Oliva 5

4 parmigiano reggiano 4

Pietanza

5 pasta 50

Secondo piatto
Ricetta n. 2.28

Pietanza

n. Ingrediente grammatura

1 arrosto di tacchino 50

2 odori (rosmarino) q.b.

3 sale grosso q.b.

4 olio e.v. Oliva 3

Contorno

Merenda pomeridiana
Ricetta n. 4.28

Pietanza

n. Ingrediente grammatura

1 pane 30

2 burro 3

3 zucchero q.b.

GIOVEDI'

Primo piatto
Ricetta n. 1.29

Condimento

n. Ingrediente grammatura

1 cipolla 10

2 zucca gialla 40

3 burro 3

4 parmigiano reggiano 5

Pietanza

5 riso 40

Secondo piatto
Ricetta n. 2.29

Pietanza

n. Ingrediente grammatura

1 patate 20

2 uova 1

3 olio e.v. Oliva 4

4 latte q.b.

5 parmigiano reggiano 5

6 sale q.b.

Contorno

Merenda pomeridiana
Ricetta n. 4.29

Pietanza

n. Ingrediente grammatura

1 farina 25

2 fontina 10

3 rosmarino q.b.

4 olio e.v. Oliva q.b.

5 sale q.b.

VENERDI'

Primo piatto
Ricetta n. 1.30

Condimento

n. Ingrediente grammatura

1 bietole 10

2 carote 20

3 patate 20

4 zucchine 15

5 olio e.v. Oliva 5

6 parmigiano reggiano 10

Pietanza

7 pasta 50

Secondo piatto
Ricetta n. 2.30

Pietanza

n. Ingrediente grammatura

1 filetti di platessa 60

2 zucchine 20

3 olio e.v. Oliva 5

4 sale fino q.b.

Contorno

Merenda pomeridiana
Ricetta n. 4.30

Pietanza

n. Ingrediente grammatura

1 farina 20

2 burro 15

3 zucchero 15

4 uova 1 ogni 10 bambini

5 lievito 1 bustina ogni 10 b.

6 arancio 1



A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
(DIRETTORE DOTT.SSA BRUNA CARLUCCI)

Pompe Geronzi

MENU' INVERNALE - SECONDA SETTIMANA

LUNEDI'

Primo piatto
Ricetta n. 1.31

Condimento

n.	Ingrediente	grammatura
1	odori (carote e sedano)	q.b.
2	pomodori pelati	30
3	olio e.v. Oliva	4
4	parmigiano reggiano	5
5	pan grattato	q.b.
Pietanza	pasti	50
6		

Secondo piatto
Ricetta n. 2.31

Pietanza

n.	Ingrediente	grammatura
1	petto di pollo	50
2	finna	q.b.
3	odori (salvia)	q.b.
4	olio e.v. Oliva	3
5	sale fino	q.b.

Contorno
Ricetta n. 3.31

Pietanza

n.	Ingrediente	grammatura
1	patate	20
2	zucchine	20
3	melanzano	20
4	pomodori	20
5	sale	q.b.
6	parmigiano reggiano	5
7	olio e.v. Oliva	3
8	pan grattato	3

Merenda pomeridiana
Ricetta n. 4.31

Pietanza

n.	Ingrediente	grammatura
1	farina	20
2	burro	15
3	zucchero	15
4	uova	1 ogni 10 bambini
5	lievito	1 bustina ogni 10 b.
6	arancio	1/2

MARTEDI'

Primo piatto
Ricetta n. 1.32

Condimento

n.	Ingrediente	grammatura
1	ingoli	35
2	odori (rosmarino)	q.b.
3	olio e.v. Oliva	5
4	parmigiano reggiano	10
Pietanza	orzo	30
5		

Secondo piatto
Ricetta n. 2.32

Pietanza

n.	Ingrediente	grammatura
1	ricotta	35

Contorno
Ricetta n. 3.32

Pietanza

n.	Ingrediente	grammatura
1	cavolfiori	50
2	sale	q.b.
3	olio e.v. Oliva	5

Merenda pomeridiana
Ricetta n. 4.32

Pietanza

n.	Ingrediente	grammatura
1	farina	12
2	lievito di birra	1/2 cubetto x 10 b.
3	latte	1 cucchiaino x 10b.
4	olio e.v. Oliva	2
5	sale	q.b.
6	polpa di pomodoro	15
7	mozzarella	10

MERCOLEDI'

Primo piatto
Ricetta n. 1.33

Condimento

n.	Ingrediente	grammatura
1	purea di carote	25
2	olio e.v. Oliva	4
3	parmigiano reggiano	10
Pietanza	pasti	50
4		

Secondo piatto
Ricetta n. 2.33

Pietanza

n.	Ingrediente	grammatura
1	valigiana magro	50
2	pomodori pelati	30
3	odori (Carote e sedano)	q.b.
4	olio e.v. Oliva	3

Contorno
Ricetta n. 3.33

Pietanza

n.	Ingrediente	grammatura
1	spinaci	100
2	sale	q.b.
3	olio e.v. Oliva	3

Merenda pomeridiana
Ricetta n. 4.33

Pietanza

n.	Ingrediente	grammatura
1	farina	15
2	zucchero	5
3	burro	5
4	uova	1 ogni 10 bambini
5	buccia di limone grattata	q.b.
6	marmellata	10

GIOVEDI'

Primo piatto
Ricetta n. 1.34

Condimento

n.	Ingrediente	grammatura
1	purea di zucchine	25
2	olio e.v. Oliva	4
3	parmigiano reggiano	10
Pietanza	riso	40
4		

Secondo piatto
Ricetta n. 2.34

Pietanza

n.	Ingrediente	grammatura
1	uova	1
2	pomodori	q.b.
3	olio e.v. Oliva	3
4	parmigiano reggiano	5
5	sale	q.b.

Contorno
Ricetta n. 3.34

Pietanza

n.	Ingrediente	grammatura
1	patate	50
2	odori (carota, cipolla sedano)	q.b.
3	sale	q.b.
4	pomodori pelati	10
5	olio e.v. Oliva	3

Merenda pomeridiana
Ricetta n. 4.34

Pietanza

n.	Ingrediente	grammatura
1	pane	30
2	polpa di pomodoro	10
3	sale	q.b.
4	olio e.v. Oliva	q.b.

VENERDI'

Primo piatto
Ricetta n. 1.35

Condimento

n.	Ingrediente	grammatura
1	bettole	10
2	carote	20
3	patate	20
4	zucchine	20
5	olio e.v. Oliva	4
6	parmigiano reggiano	10
Pietanza	crostini di pane	40
7		

Secondo piatto
Ricetta n. 2.35

Pietanza

n.	Ingrediente	grammatura
1	cuori di merluzzo	60
2	pomodori	20
3	patate	20
4	prezzemolo	q.b.
5	olio e.v. Oliva	3
	sale fino	q.b.

Contorno
Ricetta n. 3.35

Pietanza

n.	Ingrediente	grammatura
1	carote	50
2	sale	q.b.
3	olio e.v. Oliva	3

Merenda pomeridiana
Ricetta n. 4.35

Pietanza

n.	Ingrediente	grammatura
1	farina	15
2	zucchero	10
3	poro	30
4	olio e.v. Oliva	2
5	pan grattato	q.b.
6	yoourt	1 ogni 10 bambini
7	lievito	1 bustina ogni 10 b.
8	succo di frutta	10 ml.

A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
(DIETISTA dott.ssa BRUNA CARBONIO)

MENU' INVERNALE - TERZA SETTIMANA

LUNEDI'									
Primo piatto Ricetta n. 1.36				Secondo piatto			Contorno Ricetta n. 3.36		
Condimento							Pietanza		
n.	Ingrediente	grammatura		n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura
1	vitellone magro	50		1	patato	50	1	farina	15
2	peperoni pelati	30		2	latte	q.b.	2	zucchero	5
3	odori (carote e sedano)	q.b.		3	olio e.v. Oliva	5	3	burro	5
4	olio e.v. Oliva	5		4	sale	q.b.	4	uova	1 ogni 10 bambini
5	parmigiano reggiano	5					5	buccia di limone grattata	q.b.
Pietanza							6 <td>marmellata</td> <td>10</td>	marmellata	10
6	pasta	50							

MARTEDI'									
Primo piatto Ricetta n. 1.37				Secondo piatto Ricetta n. 2.37			Contorno Ricetta n. 3.37		
Condimento							Pietanza		
n.	Ingrediente	grammatura		n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura
1	lagnum vari	35		1	finocchi	70	1	farina	25
2	cipolla	5		2	sale	q.b.	2	fontina	10
3	basilico	q.b.		3	olio e.v. Oliva	3	3	rosmarino	q.b.
4	olio e.v. Oliva	5					4	olio e.v. Oliva	q.b.
5	parmigiano reggiano	10					5	sale	q.b.
Pietanza									
6	pasta	50							
MERCOLEDI'									
Primo piatto Ricetta n. 1.38				Secondo piatto Ricetta n. 2.38			Contorno Ricetta n. 3.38		
Condimento							Pietanza		
n.	Ingrediente	grammatura		n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura
1	pinoli	q.b.		1	vitello	50	1	farina	15
2	basilico	15		2	farina	q.b.	2	zucchero	10
3	olio e.v. Oliva	4		3	Succo di limone	q.b.	3	miele	30
4	parmigiano reggiano	10		4	olio e.v. Oliva	3	4	olio e.v. Oliva	2
				5	sale fino	q.b.	5	pan grattato	q.b.
Pietanza							6	yogurt	1 ogni 10 bambini
5	pasta	50					7	latte	1 bustina ogni 10 b.
							8	succo di frutta	10 ml
GIOVEDI'									
Primo piatto Ricetta n. 1.39				Secondo piatto Ricetta n. 2.39			Contorno Ricetta n. 3.39		
Condimento							Pietanza		
n.	Ingrediente	grammatura		n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura
1	purea di piselli	20		1	uova	1	1	pano	30
2	olio e.v. Oliva	4		2	olio e.v. Oliva	3	2	olio e.v. Oliva	3
3	parmigiano reggiano	5		3	latte	q.b.	3	sale	q.b.
				4	parmigiano reggiano	5			
Pietanza				5	sale	q.b.			
4	riso	40							
VENERDI'									
Primo piatto Ricetta n. 1.40				Secondo piatto Ricetta n. 2.40			Contorno Ricetta n. 3.40		
Condimento							Pietanza		
n.	Ingrediente	grammatura		n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura
1	cipolla	10		1	basiloncini di pisce	60	1	farina	20
2	zucca gialla	40		2	sale fino	q.b.	2	burro	15
3	burro	3					3	zucchero	15
4	parmigiano reggiano	5					4	uova	1 ogni 10 bambini
Pietanza							5	latte	1 bustina ogni 10 b.
5	pasta	50					6	pancotto	50

A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
(DIETISTA dott.ssa Bruna Garbuio)



MENU' INVERNALE - QUARTA SETTIMANA

LUNEDI'									
Secondo piatto					Contorno				
Ricetta n. 1.41					Ricetta n. 3.41				
Condimento					Pietanza				
n.	Ingrediente	grammatura			n.	Ingrediente	grammatura		
1	vitellone magro	50			1	cavolfiori	50		
2	pomodori pelati	30			2	sale	q.b.		
3	odori (carote e sedano)	q.b.			3	olio e.v. Oliva	5		
4	mozzarella	10							
5	olio e.v. Oliva	5							
6	parmigiano reggiano	10							
Pietanza					Merenda pomeridiana				
1	pasta	50			1	farina	20		
2					2	burro	15		
3					3	zucchero	15		
4					4	uova	1 ogni 10 bambini		
5					5	lievito	1 bustina ogni 10 b.		
6					6	arancio	1/2		

MARTEDI'									
Secondo piatto					Contorno				
Ricetta n. 2.42					Ricetta n. 3.42				
Pietanza					Pietanza				
n.	Ingrediente	grammatura			n.	Ingrediente	grammatura		
1	tomino	35			1	spinaci	100		
2	erbioetto (semi di finocchio – erba cipollina)	q.b.			2	sale	q.b.		
3	olio e.v. Oliva	q.b.			3	olio e.v. Oliva	5		

MERCOLEDI'									
Secondo piatto					Contorno				
Ricetta n. 2.43					Ricetta n. 3.43				
Pietanza					Pietanza				
n.	Ingrediente	grammatura			n.	Ingrediente	grammatura		
1	manzo	50			1	patate	20		
2	cipolla	q.b.			2	zucchine	20		
3	olio e.v. Oliva	3			3	caroto	20		
4	sale fino	q.b.			4	pomodori	10		
5					5	sale	q.b.		
6					6	olio e.v. Oliva	3		

GIOVEDI'									
Secondo piatto					Contorno				
Ricetta n. 1.44					Ricetta n. 3.44				
Condimento					Pietanza				
n.	Ingrediente	grammatura			n.	Ingrediente	grammatura		
1	noce moscata	q.b.			1	carote	50		
2	mozzarella	10			2	latte	q.b.		
3	olio e.v. Oliva	5			3	burro	3		
4	parmigiano reggiano	10			4	sale	q.b.		
5	uovo	1							
6	pan grattato	q.b.							
Pietanza					Merenda pomeridiana				
1	pasta	50			1	farina	15		
2					2	zucchero	10		
3					3	pare	30		
4					4	olio e.v. Oliva	2		
5					5	pan grattato	q.b.		
6					6	yogurt	1 ogni 10 bambini		
7					7	lievito	1 bustina ogni 10 b.		
8					8	succo di frutta	10 ml		

VENERDI'									
Secondo piatto					Contorno				
Ricetta n. 2.45					Ricetta n. 3.45				
Pietanza					Pietanza				
n.	Ingrediente	grammatura			n.	Ingrediente	grammatura		
1	manifuzzo	60			1	patate	50		
2	uovo	1 ogni 6 porzioni			2	odori (rosmarino)	q.b.		
3	pan grattato	q.b.			3	sale	q.b.		
4	olio e.v. Oliva	3			4	olio e.v. Oliva	3		
5	sale fino	q.b.							

SABATO									
Secondo piatto					Contorno				
Ricetta n. 1.45					Ricetta n. 3.45				
Condimento					Pietanza				
n.	Ingrediente	grammatura			n.	Ingrediente	grammatura		
1	pomodori pelati	40			1	farina	15		
2	latte	q.b.			2	zucchero	5		
3	olio e.v. Oliva	4			3	burro	5		
4	parmigiano reggiano	10			4	uovo	1 ogni 10 bambini		
5					5	buccia di limone grattata	q.b.		
6					6	marmellata	10		

A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
(DIETISTA dott.ssa BRUNA GAMBINO)

MENU' INVERNALE - QUINTA SETTIMANA

LUNEDI'									
Primo piatto					Secondo piatto				
Ricetta n. 1.46					Ricetta n. 3.46				
Condimento					Pietanza				
n.	Ingrediente	grammatura			n.	Ingrediente	grammatura		
1	gioviera	20			1	carote	50		
2	prosciutto cotto	30			2	sale	q.b.		
3	pan grattato	q.b.			3	olio e.v. Oliva	5		
4	olio e.v. Oliva	5							
5	parmigiano reggiano	10							
Pietanza					Merenda pomeridiana				
6	patate	40			n.	Ingrediente <td>grammatura<td colspan="2"></td></td>	grammatura <td colspan="2"></td>		
					1	farina	15		
					2	zucchero	10		
					3	miele	30		
					4	olio e.v. Oliva	2		
					5	pan grattato	q.b.		
					6	yogurt	1 ogni 10 bambini		
					7	lievito	1 bustina ogni 10 b.		
					8	succo di frutta	10 ml		

MARTEDI'									
Primo piatto					Secondo piatto				
Ricetta n. 1.47					Ricetta n. 2.47				
Condimento					Pietanza				
n.	Ingrediente	grammatura			n.	Ingrediente	grammatura		
1	carote	20			1	caciocottina	35		
2	zucchino	15							
3	pannoccchioli	q.b.							
4	olio e.v. Oliva	5							
Pietanza					Merenda pomeridiana				
5	cosci di cinghiale	35			n.	Ingrediente grammatura			
					1	farina	12		
					2	lievito di birra	1/2 cubetto x 10 b.		
					3	latte	1 cucchiaino x 10 b.		
					4	olio e.v. Oliva	2		
					5	sale grosso	q.b.		
MERCOLEDI'									
Primo piatto					Secondo piatto				
Ricetta n. 1.48					Ricetta n. 2.48				
Condimento					Pietanza				
n.	Ingrediente	grammatura			n.	Ingrediente	grammatura		
1	pannoccchioli	40			1	piselli	60		
2	odori (basilico)	q.b.			2	latte	q.b.		
3	olio e.v. Oliva	4			3	sale	q.b.		
4	parmigiano reggiano	5			4	olio e.v. Oliva	3		
Pietanza					Merenda pomeridiana				
5	pasta	50			n.	Ingrediente grammatura			
					1	farina	20		
					2	burro	15		
					3	zucchero	15		
					4	uova	1 ogni 10 bambini		
					5	lievito	1 bustina ogni 10 b.		
					6	arancio	1/2		
GIOVEDI'									
Primo piatto					Secondo piatto				
Ricetta n. 1.49					Ricetta n. 3.49				
Condimento					Pietanza				
n.	Ingrediente	grammatura			n.	Ingrediente	grammatura		
1	uovo	1			1	finocchi	70		
2	latte	q.b.			2	sale	q.b.		
3	noce moscata	q.b.			3	parmigiano reggiano	5		
4	parmigiano reggiano	5			4	olio e.v. Oliva	5		
5	olio e.v. Oliva	5			5	pan grattato	3		
Pietanza					Merenda pomeridiana				
6	pasta	50			n.	Ingrediente grammatura			
					1	pane	30		
					2	polpa di pomodoro	10		
					3	sale	q.b.		
					4	olio e.v. Oliva	q.b.		
VENERDI'									
Primo piatto					Secondo piatto				
Ricetta n. 1.50					Ricetta n. 2.50				
Condimento					Pietanza				
n.	Ingrediente	grammatura			n.	Ingrediente	grammatura		
1	pannoccchioli	20			1	carciofi	50		
2	olio e.v. Oliva	5			2	sale	q.b.		
3	parmigiano reggiano	5			3	olio e.v. Oliva	3		
Pietanza					Merenda pomeridiana				
4	pasta	50			n.	Ingrediente grammatura			
					1	pane	30		
					2	burro	3		
					3	zucchero	q.b.		


A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
FARMACISTA dott.ssa Bura Gansuoni

Bura Gansuoni

MENU' PRIMAVERILE - PRIMA SETTIMANA

LUNEDI'			
Secondo piatto		Contorno	
Primo piatto		Merenda pomeridiana	
Ricetta n. 1.51		Ricetta n. 4.51	
Condimento		Pietanza	
n. ingredienti	grammatura	n. ingredienti	grammatura
1 vitello tonnato	50	1 farina	15
2 pomodori pelati	30	2 zuccaro	10
3 carote	20	3 mele	30
4 zuccaro	20	4 olio e.v. Oliva	2
5 odori (sedano)	q.b.	5 pan grattato	q.b.
6 olio e.v. Oliva	10	6 yogurt	1 ogni 10 bambini
7 parmigiano reggiano	10	7 lievito	1 bustina ogni 10 b.
Pietanza		8 succo di frutta	10 ml
8 pasta all'uovo	40		
MARTEDI'			
Secondo piatto		Contorno	
Primo piatto		Merenda pomeridiana	
Ricetta n. 1.52		Ricetta n. 4.52	
Condimento		Pietanza	
n. ingredienti	grammatura	n. ingredienti	grammatura
1 bacioc	10	1 pane	30
2 carote	20	2 polpa di pomodoro	10
3 patate	20	3 sale	q.b.
4 zuccaro	15	4 olio e.v. Oliva	q.b.
5 olio e.v. Oliva	5		
6 parmigiano reggiano	10		
Pietanza			
7 crostini di pane	40		
MERCOLEDI'			
Secondo piatto		Contorno	
Primo piatto		Merenda pomeridiana	
Ricetta n. 1.53		Ricetta n. 4.53	
Condimento		Pietanza	
n. ingredienti	grammatura	n. ingredienti	grammatura
1 petti	q.b.	1 pane	30
2 basilico	15	2 burro	3
3 olio e.v. Oliva	5	3 zuccaro	q.b.
4 parmigiano reggiano	5		
Pietanza			
5 pasta	50		
GIOVEDI'			
Secondo piatto		Contorno	
Primo piatto		Merenda pomeridiana	
Ricetta n. 1.54		Ricetta n. 4.54	
Condimento		Pietanza	
n. ingredienti	grammatura	n. ingredienti	grammatura
1 pomodori pelati	40	1 farina	25
2 odori (basilico)	q.b.	2 fontina	10
3 olio e.v. Oliva	5	3 rosmarino	q.b.
4 parmigiano reggiano	5	4 olio e.v. Oliva	q.b.
Pietanza		5 sale	q.b.
5 gnocchetti di semolino	40		
VENERDI'			
Secondo piatto		Contorno	
Primo piatto		Merenda pomeridiana	
Ricetta n. 1.55		Ricetta n. 4.55	
Condimento		Pietanza	
n. ingredienti	grammatura	n. ingredienti	grammatura
1 pomodori pelati	40	1 farina	20
2 tonno all'olio d'oliva (spacciato)	10	2 zuccaro	15
3 cipuri	q.b.	3 latte	10 ml
Pietanza		4 olio e.v. Oliva	3
4 pasta	50	5 uova	1 ogni 10 bambini
		6 lievito	1 bustina ogni 10 b.

A.S.L. RM E
Dipartimento di Provenienze
U.O.C. S.I.A.N.
METISTA dott.ssa Bruna Garsano

MENU' PRIMAVERILE - SECONDA SETTIMANA

LUNEDI'

Primo piatto

Ricetta n. 1.56

Condimento

n. Ingrediente

grammatura

1

vitellone magro

15

2

pomodori pelati

30

3

odori (carote e sedano)

q.b.

4

olio e.v. Oliva

5

5

pan grattato

q.b.

6

parmigiano reggiano

10

Pietanza

7

pasta all'uovo

40

Secondo piatto

Ricetta n. 2.56

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

prosciutto cotto senza pollicelli

30

Contorno

Ricetta n. 3.56

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

patate

50

2

latte

q.b.

3

burro

3

4

sale

q.b.

Merenda pomeridiana

Ricetta n. 4.56

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

farina

20

2

zucchero

15

3

latte

10 ml

4

olio e.v. Oliva

3

5

uova

1 ogni 10 bambini

6

lievito

1 bustina ogni 10 b.

MARTEDI'

Primo piatto

Ricetta n. 1.57

Condimento

n. Ingrediente

grammatura

1

ceci

35

2

odori (rosmarino)

q.b.

3

olio e.v. Oliva

5

4

parmigiano reggiano

10

Pietanza

5

pasta

50

Secondo piatto

Ricetta n. 2.57

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

caciocottina

35

Contorno

Ricetta n. 3.57

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

carote

50

2

sale

q.b.

3

olio e.v. Oliva

5

Merenda pomeridiana

Ricetta n. 4.57

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

farina

12

2

lievito di birra

1/2 cubetto x 10 b

3

latte

1 cucchiaino x 10b

4

olio e.v. Oliva

2

5

sale

q.b.

6

polpa di pomodoro

15

7

mozzarella

10

MERCOLEDI'

Primo piatto

Ricetta n. 1.58

Condimento

n. Ingrediente

grammatura

1

pomodori pelati

40

2

odori (basilico)

q.b.

3

olio e.v. Oliva

4

4

parmigiano reggiano

5

Pietanza

5

pasta

50

Secondo piatto

Ricetta n. 2.58

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

vitellone magro

50

2

ricotta

q.b.

3

latte

q.b.

4

parmigiano reggiano

5

5

olio e.v. Oliva

3

Contorno

Ricetta n. 3.58

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

zucchine

70

2

sale

q.b.

3

olio e.v. Oliva

3

Merenda pomeridiana

Ricetta n. 4.58

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

farina

15

2

zucchero

5

3

burro

5

4

uova

1 ogni 10 bambini

5

buccia di limone grattata

q.b.

6

marmellata

10

GIOVEDI'

Primo piatto

Ricetta n. 1.59

Condimento

n. Ingrediente

grammatura

1

pomodori pelati

40

2

odori (basilico)

q.b.

3

olio e.v. Oliva

4

4

parmigiano reggiano

5

Pietanza

5

gnocchetti sardi

50

Secondo piatto

Ricetta n. 2.59

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

uova

1

2

olio e.v. Oliva

3

3

sale

q.b.

Contorno

Ricetta n. 3.59

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

finocchi

70

2

sale

q.b.

3

parmigiano reggiano

5

4

olio e.v. Oliva

3

5

pan grattato

3

Merenda pomeridiana

Ricetta n. 4.59

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

pane

30

2

polpa di pomodoro

10

3

sale

q.b.

4

olio e.v. Oliva

q.b.

VENERDI'

Primo piatto

Ricetta n. 1.60

Condimento

n. Ingrediente

grammatura

1

purea di zuccchine

25

2

olio e.v. Oliva

4

3

parmigiano reggiano

10

Pietanza

4

riso

40

Secondo piatto

Ricetta n. 2.60

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

melanzane

60

2

uova

q.b.

3

pan grattato

q.b.

4

olio e.v. Oliva

3

5

erbolto (fiori di finocchio - erba cipollina)

q.b.

Contorno

Ricetta n. 3.60

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

piselli

60

2

latte

q.b.

3

sale

q.b.

4

olio e.v. Oliva

3

Merenda pomeridiana

Ricetta n. 4.60

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

farina

15

2

zucchero

10

3

pane

30

4

olio e.v. Oliva

2

5

pan grattato

q.b.

6

yogurt

1 ogni 10 bambini

7

lievito

1 bustina ogni 10 b.

8

succo di frutta

10 ml

A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
IDETISTA dott.ssa Bruna GAMBINO

MENU' PRIMAVERILE - TERZA SETTIMANA

LUNEDI'									
Primo piatto Ricetta n. 1.61					Secondo piatto				
Condimento					Contorno Ricetta n. 3.61				
Pietanza		grammatura			Pietanza		grammatura		
1	mozzarella	20			1	farina	100		
2	prosciutto cotto	30			2	sale	q.b.		
3	pan grattato	q.b.			3	olio e.v. Oliva	3		
4	olio e.v. Oliva	5							
Pietanza					Pietanza				
5	patate	40							
MARTEDI'									
Primo piatto Ricetta n. 1.62					Secondo piatto Ricetta n. 2.62				
Condimento					Contorno Ricetta n. 3.62				
Pietanza		grammatura			Pietanza		grammatura		
1	finocchi	35			1	zucchini	70		
2	odori (rosmarino)	q.b.			2	sale	q.b.		
3	olio e.v. Oliva	5			3	olio e.v. Oliva	5		
4	parmigiano reggiano	10							
Pietanza					Pietanza				
5	passata	50							
MERCOLEDI'									
Primo piatto Ricetta n. 1.63					Secondo piatto Ricetta n. 2.63				
Condimento					Contorno Ricetta n. 3.63				
Pietanza		grammatura			Pietanza		grammatura		
1	purea di carote	25			1	patate	20		
2	olio e.v. Oliva	4			2	zucchini	20		
3	parmigiano reggiano	10			3	carote	20		
4					4	pomodori	10		
5					5	sale	q.b.		
6	passata	50			6	olio e.v. Oliva	3		
GIOVEDI'									
Primo piatto Ricetta n. 1.64					Secondo piatto				
Condimento					Contorno Ricetta n. 3.64				
Pietanza		grammatura			Pietanza		grammatura		
1	uovo	1			1	piccoli	60		
2	mozzarella	20			2	latte	q.b.		
3	parmigiano reggiano	10			3	sale	q.b.		
4	pan grattato	q.b.			4	olio e.v. Oliva	5		
5	olio e.v. Oliva	5							
Pietanza					Pietanza				
6	patate	40							
VENERDI'									
Primo piatto Ricetta n. 1.65					Secondo piatto Ricetta n. 2.65				
Condimento					Contorno Ricetta n. 3.65				
Pietanza		grammatura			Pietanza		grammatura		
1	pomodori pelati	40			1	patate	50		
2	purea di melanzane	20			2	odori (rosmarino)	q.b.		
3	olio e.v. Oliva	4			3	sale	q.b.		
4	parmigiano reggiano	10			4	olio e.v. Oliva	3		
5									
Pietanza					Pietanza				
6	riso	40							



A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
(METTISTA dott.ssa Bruna Caruso)

Bruna Caruso

MENU' PRIMAVERILE - QUARTA SETTIMANA

LUNEDI'																																			
Primo piatto				Secondo piatto				Contorno				Merenda pomeridiana																							
Ricetta n. 1.66								Ricetta n. 3.66				Ricetta n. 4.66																							
Condimento				Pietanza				Pietanza				Pietanza																							
n. Ingrediente				grammatura				n. Ingrediente				grammatura																							
1				vitellone magro				1				patate				1				farina				20											
2				pomodori pelati				2				zucchini				2				zucchero				15											
3				odori (carote e sedano)				3				finocchi				3				latte				10 ml											
4				olio e.v. Oliva				4				carote				4				olio e.v. Oliva				3											
5				parmigiano reggiano				5				sale				5				q.b.				1 ogni 10 bambini											
Pietanza								6				parmigiano reggiano				6				lievito				1 bustina ogni 10 b.											
6				pasta				50				7				olio e.v. Oliva				7				5											
												8				pan grattato				8				3											
MARTEDI'																																			
Primo piatto				Secondo piatto				Contorno				Merenda pomeridiana																							
Ricetta n. 1.67				Ricetta n. 2.67								Ricetta n. 4.67																							
Condimento				Pietanza				Pietanza				Pietanza																							
n. Ingrediente				grammatura				n. Ingrediente				grammatura																							
1				lenticchie				1				purea di spinaci				1				patate				20											
2				cipolla				2				ricotta				2				zucchini				20											
3				olio e.v. Oliva				3				parmigiano reggiano				3				finocchi				20											
4				parmigiano reggiano				4				uova				4				carote				20											
5								5				pan grattato				5				sale				q.b.											
6								6				olio e.v. Oliva				6				parmigiano reggiano				4											
																7				olio e.v. Oliva				7				5							
																				8				pan grattato				8				3			
MERCOLEDI'																																			
Primo piatto				Secondo piatto				Contorno				Merenda pomeridiana																							
Ricetta n. 1.68				Ricetta n. 2.68				Ricetta n. 3.68				Ricetta n. 4.68																							
Condimento				Pietanza				Pietanza				Pietanza																							
n. Ingrediente				grammatura				n. Ingrediente				grammatura																							
1				carote				1				bieta				1				farina				15											
2				zucchini				2				sale fino				2				zucchero				10											
3				pomodori pelati				3				olio e.v. Oliva				3				porre				30											
4				olio e.v. Oliva				4								4				olio e.v. Oliva				2											
Pietanza																5				pan grattato				q.b.											
5				pasta				50								6				yoourt				1 ogni 10 bambini											
																7				lievito				1 bustina ogni 10 b.											
																8				succo di frutta				10 ml											
GIOVEDI'																																			
Primo piatto				Secondo piatto				Contorno				Merenda pomeridiana																							
Ricetta n. 1.69								Ricetta n. 3.69				Ricetta n. 3.69																							
Condimento				Pietanza				Pietanza				Pietanza																							
n. Ingrediente				grammatura				n. Ingrediente				grammatura																							
1				uovo				1				carote				1				farina				12											
2				latte				2				latte				2				lievito di birra				1/2 cubetto x 10 b.											
3				nocca moscata				3				olio e.v. Oliva				3				olio e.v. Oliva				1 cucchiaino x 10b											
4				parmigiano reggiano				4				sale				4				olio e.v. Oliva				2											
5				olio e.v. Oliva				5								5				sale				q.b.											
Pietanza																6				polpa di pomodoro				15											
6				pasta				50								7				mozzarella				10											
VENERDI'																																			
Primo piatto				Secondo piatto				Contorno				Merenda pomeridiana																							
Ricetta n. 1.70				Ricetta n. 2.70								Ricetta n. 4.70																							
Condimento				Pietanza				Pietanza				Pietanza																							
n. Ingrediente				grammatura				n. Ingrediente				grammatura																							
1				purea di spinaci				1				cuori di merluzzo				1				farina				15											
2				olio e.v. Oliva				2				latte				2				zucchero				5											
3				parmigiano reggiano				3				odori (salvia)				3				burro				5											
4								4				olio e.v. Oliva				4				uova				1 ogni 10 bambini											
Pietanza																5				buccia di limone grattata				q.b.											
5				riso				40								6				olio e.v. Oliva				10 ml											

A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
FARMACISTA dott.ssa BRUNA CARBUCCHI

MENU' PRIMAVERILE - QUINTA SETTIMANA

LUNEDI'

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.71						Ricetta n. 3.71			Ricetta n. 4.71		
Condimento						Pietanza			Pietanza		
n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura
1	odori (carote e sedano)	q.b.	1	patate	20	1	patate	20	1	pane	30
2	pomodori pelati	40	2	zucchine	20	2	zucchine	20	2	burro	3
3	piselli	10	3	pomodori pelati	20	3	melanzane	20	3	zucchero	q.b.
4	prosciutto cotto	30	4	odori (prezzemolo)	q.b.	4	pomodori	20			
5	olio e.v. Oliva	5	5	sale	q.b.	5	sale	q.b.			
6	parmigiano reggiano	5	6	parmigiano reggiano	5	6	parmigiano reggiano	5			
7	pan grattato	q.b.	7	olio e.v. Oliva	5	7	olio e.v. Oliva	5			
Pietanza			8	pan grattato	3	8	pan grattato	3			
8	passata	50									

MARTEDI'

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.72			Ricetta n. 2.72			Ricetta n. 3.72			Ricetta n. 4.72		
Condimento			Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura
1	carote	20	1	carote	35	1	patate	50	1	farina	12
2	zucchine	15	2	zucchine	q.b.	2	odori (prezzemolo)	q.b.	2	lievito di birra	1/2 cubetto x 10 b.
3	pomodori pelati	q.b.	3	zucchine	q.b.	3	sale	q.b.	3	latte	1 cucchiaino x 10b
4	olio e.v. Oliva	5	4	olio e.v. Oliva	5	4	olio e.v. Oliva	5	4	olio e.v. Oliva	2
5	parmigiano reggiano	10	5	parmigiano reggiano	10	5	parmigiano reggiano	10	5	sale grosso	q.b.
Pietanza			6	cous cous	35						

MERCOLEDI'

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.73			Ricetta n. 2.73			Ricetta n. 3.73			Ricetta n. 4.73		
Condimento			Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura
1	cuore di melanzane	15	1	vitello	50	1	spinaci	100	1	farina	20
2	zucchine	20	2	farina	q.b.	2	olio e.v. Oliva	q.b.	2	zucchero	15
3	odori (basilico)	q.b.	3	Succo di limone	q.b.	3	sale	3	3	latte	10 ml
4	olio e.v. Oliva	5	4	olio e.v. Oliva	5	4	olio e.v. Oliva	3	4	olio e.v. Oliva	3
Pietanza			5	sale fino	q.b.	5	uova	1 ogni 10 bambini	5	uova	1 ogni 10 bambini
5	cinque carciofi	40				6	lievito	1 bustina ogni 10 b.	6	lievito	1 bustina ogni 10 b.

GIOVEDI'

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.74			Ricetta n. 2.74			Ricetta n. 3.74			Ricetta n. 4.74		
Condimento			Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura
1	pomodori pelati	40	1	uova	1	1	zucchine	70	1	pane	30
2	odori (basilico)	q.b.	2	olio e.v. Oliva	3	2	sale	q.b.	2	polpa di pomodoro	10
3	olio e.v. Oliva	4	3	latte	q.b.	3	olio e.v. Oliva	3	3	sale	q.b.
4	parmigiano reggiano	5	4	parmigiano reggiano	5	4	olio e.v. Oliva	q.b.	4	olio e.v. Oliva	q.b.
Pietanza			5	sale	q.b.						
5	gnocchi	40									

VENERDI'

Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana		
Ricetta n. 1.75			Ricetta n. 2.75			Ricetta n. 3.75			Ricetta n. 4.75		
Condimento			Pietanza			Pietanza			Pietanza		
n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura	n.	Ingrediente	grammatura
1	pomodori pelati	40	1	filetto di merluzzo	60	1	carote	50	1	farina	15
2	cipolla	5	2	pomodoro	20	2	sale	q.b.	2	zucchero	10
3	carota	10	3	origano	q.b.	3	olio e.v. Oliva	3	3	miele	30
4	sedano	10	4	olio e.v. Oliva	3	4	olio e.v. Oliva	q.b.	4	olio e.v. Oliva	2
5	olio e.v. Oliva	4	5	sale fino	q.b.	5	pan grattato	q.b.	5	pan grattato	q.b.
6	parmigiano reggiano	10				6	yo-yo	1 ogni 10 bambini	6	yo-yo	1 ogni 10 bambini
Pietanza			7	riso	40	7	lievito	1 bustina ogni 10 b.	7	lievito	1 bustina ogni 10 b.



Bruno Geronzi

MENU' ESTIVO - PRIMA SETTIMANA

LUNEDI'

Secondo piatto

Ricetta n. 2.76

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

arrosto di tacchino

50

2

odori (rosmarino)

q.b.

3

latte

q.b.

4

sale grosso

q.b.

5

olio e.v. Oliva

5

Contorno

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

farina

15

2

zucchero

5

3

burro

5

4

uova

1 ogni 10 bambini

5

buccia di limone grattata

q.b.

6

marmellata

10

Merenda pomeridiana

Ricetta n. 4.76

MARTEDI'

Secondo piatto

Ricetta n. 2.77

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

caciottina

35

Contorno

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

tagliolini

100

2

sale

q.b.

3

olio e.v. Oliva

5

Merenda pomeridiana

Ricetta n. 4.77

MERCOLEDI'

Secondo piatto

Ricetta n. 2.78

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

vitellone magro

50

2

sale fino

q.b.

3

olio e.v. Oliva

3

Contorno

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

pomodori

60

2

sale

q.b.

3

olio e.v. Oliva

3

Merenda pomeridiana

Ricetta n. 4.78

GIOVEDI'

Secondo piatto

Ricetta n. 2.79

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

zucchine

25

2

carota

25

3

uova

1

4

olio e.v. Oliva

5

5

parmigiano reggiano

5

6

sale

q.b.

Contorno

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

panna liquida

25

2

zucchero

10

3

uova

1 ogni 4 bambini

4

Polpa di frutta di stagione

80

Merenda pomeridiana

Ricetta n. 4.79

VENERDI'

Secondo piatto

Ricetta n. 2.80

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

cuori di merluzzo

60

2

farina

q.b.

3

odori (finocchio)

q.b.

4

olio e.v. Oliva

3

5

sale fino

q.b.

Contorno

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

zucchina

70

2

sale

q.b.

3

olio e.v. Oliva

3

Merenda pomeridiana

Ricetta n. 4.80

LUNEDI'

Primo piatto

Ricetta n. 1.76

Condimento

n. Ingrediente

grammatura

1

pomodori freschi

20

2

olio

q.b.

3

maiz

10

4

carote

20

5

odori (basilico)

q.b.

6

olio e.v. Oliva

5

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

farina

50

Primo piatto

Ricetta n. 1.77

MARTEDI'

Primo piatto

Ricetta n. 1.77

Condimento

n. Ingrediente

grammatura

1

caci

35

2

odori (rosmarino)

q.b.

3

olio e.v. Oliva

5

4

parmigiano reggiano

10

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

farina

50

Primo piatto

Ricetta n. 1.78

MERCOLEDI'

Primo piatto

Ricetta n. 1.78

Condimento

n. Ingrediente

grammatura

1

odori (carote e sedano)

q.b.

2

patate

20

3

pomodori pelati

10

4

olio e.v. Oliva

4

5

parmigiano reggiano

10

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

farina

30

Primo piatto

Ricetta n. 1.79

GIOVEDI'

Primo piatto

Ricetta n. 1.79

Condimento

n. Ingrediente

grammatura

1

pinoli

q.b.

2

basilico

15

3

olio e.v. Oliva

5

4

parmigiano reggiano

5

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

gnocchetti sardi

50

Primo piatto

Ricetta n. 1.80

VENERDI'

Primo piatto

Ricetta n. 1.80

Condimento

n. Ingrediente

grammatura

1

pomodori pelati

40

2

pura di molinzone

20

3

olio e.v. Oliva

4

4

parmigiano reggiano

10

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

riso

40



A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
(Dietista Dott.ssa Bruna Gambusi)

Bruna Gambusi

MENU' ESTIVO - SECONDA SETTIMANA

LUNEDI'

Primo piatto

Ricetta n. 1.81

Condimento

n.

Ingressante

grammatura

1

pancotti

q.b.

2

basilico

15

3

olio e.v. Oliva

4

4

parmigiano reggiano

10

Pietanza

5

pasta

50

Secondo piatto

Ricetta n. 2.81

Pietanza

n.

Ingressante

grammatura

1

vitellone magro

50

2

pomodori pelati

30

3

odori (carote e sedano)

q.b.

4

olio e.v. Oliva

3

Contorno

Ricetta n. 3.81

Pietanza

n.

Ingressante

grammatura

1

farfuga

30

2

mais

5

3

sale

q.b.

4

olio e.v. Oliva

3

Merenda pomeridiana

Ricetta n. 4.81

Pietanza

n.

Ingressante

grammatura

1

panna liquida

25

2

zucchero

10

3

uova

1 ogni 4 bambini

4

banana

50

MARTEDI'

Primo piatto

Ricetta n. 1.82

Condimento

n.

Ingressante

grammatura

1

carote

20

2

zucchini

15

3

odori (basilico)

q.b.

4

olio e.v. Oliva

5

Pietanza

4

orzo

40

Secondo piatto

Ricetta n. 2.82

Pietanza

n.

Ingressante

grammatura

1

mozzarella

35

Contorno

Ricetta n. 3.82

Pietanza

n.

Ingressante

grammatura

1

pomodori

60

2

sale

q.b.

3

olio e.v. Oliva

5

Merenda pomeridiana

Ricetta n. 4.82

Pietanza

n.

Ingressante

grammatura

1

pane

30

2

polpa di pomodoro

10

3

sale

q.b.

4

olio e.v. Oliva

q.b.

MERCOLEDI'

Primo piatto

Ricetta n. 1.83

Condimento

n.

Ingressante

grammatura

1

gioviana

20

2

prosciutto cotto

30

5

pani grattati

q.b.

Pietanza

6

patate

40

Secondo piatto

Pietanza

n.

Ingressante

grammatura

1

farina

15

2

zucchero

10

3

pesche

30

4

olio e.v. Oliva

2

5

pani grattati

q.b.

6

yogurt

1 ogni 10 bambini

7

lievito

1 bustina ogni 10 b.

8

succo di frutta

10 ml

Contorno

Ricetta n. 4.83

Pietanza

n.

Ingressante

grammatura

1

farina

15

2

zucchero

10

3

pesche

30

4

olio e.v. Oliva

2

5

pani grattati

q.b.

6

yogurt

1 ogni 10 bambini

7

lievito

1 bustina ogni 10 b.

8

succo di frutta

10 ml

GIOVEDI'

Primo piatto

Ricetta n. 1.84

Condimento

n.

Ingressante

grammatura

1

purea di carote

25

2

olio e.v. Oliva

5

3

parmigiano reggiano

10

Pietanza

4

pasta

50

Secondo piatto

Ricetta n. 2.84

Pietanza

n.

Ingressante

grammatura

1

uovo

1

Contorno

Ricetta n. 3.84

Pietanza

n.

Ingressante

grammatura

1

finocchioli

100

2

sale

q.b.

3

olio e.v. Oliva

3

Merenda pomeridiana

Ricetta n. 4.84

Pietanza

n.

Ingressante

grammatura

1

frutta di stagione

80

2

latte

q.b.

VENERDI'

Primo piatto

Ricetta n. 1.85

Condimento

n.

Ingressante

grammatura

1

pomodori freschi

20

2

olio

q.b.

3

mais

10

4

carote

20

5

odori (basilico)

q.b.

6

olio e.v. Oliva

4

Pietanza

7

riso

40

Secondo piatto

Ricetta n. 2.85

Pietanza

n.

Ingressante

grammatura

1

filetto di sogliola

60

2

farina

q.b.

3

olio e.v. Oliva

3

4

sale fino

q.b.

Contorno

Ricetta n. 3.85

Pietanza

n.

Ingressante

grammatura

1

zucchini

70

2

sale

q.b.

3

olio e.v. Oliva

3

Merenda pomeridiana

Ricetta n. 4.85

Pietanza

n.

Ingressante

grammatura

1

panna liquida

25

2

zucchero

10

3

uova

1 ogni 4 bambini

4

Polpa di frutta di stagione

80



A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
IDETISTA Dott.ssa Bruna Gamburzi

MENU' ESTIVO - QUARTA SETTIMANA

LUNEDI'									
Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana
Ricetta n. 1.91			Ricetta n. 2.91			Ricetta n. 3.91			Ricetta n. 4.91
Condimento			Pietanza			Pietanza			
n. ingrediente	grammatura		n. ingrediente	grammatura		n. ingrediente	grammatura	n. ingrediente	grammatura
1	40		1	50		1	50	1	farina
2	q.b.		2	15		2	q.b.	2	zucchero
3	4		3	1 ogni 15 porz.		3	q.b.	3	succhio
Pietanza			4	5		4	10	4	olio e.v. Oliva
4	50		5	3		5	3	5	pan grattato
			6	q.b.		6	3	6	yogurt
								7	lievito
								8	succo di frutta
									10 ml
MARTEDI'									
Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana
Ricetta n. 1.92			Ricetta n. 2.92			Ricetta n. 3.92			Ricetta n. 4.92
Condimento			Pietanza			Pietanza			
n. ingrediente	grammatura		n. ingrediente	grammatura		n. ingrediente	grammatura	n. ingrediente	grammatura
1	20		1	35		1	50	1	panna liquida
2	5		2			2	q.b.	2	zucchero
3	5		3			3	q.b.	3	uova
Pietanza								4	Polpa di frutta di stagione
4	50								80
MERCOLEDI'									
Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana
Ricetta n. 1.93			Ricetta n. 2.93			Ricetta n. 3.93			Ricetta n. 4.93
Condimento			Pietanza			Pietanza			
n. ingrediente	grammatura		n. ingrediente	grammatura		n. ingrediente	grammatura	n. ingrediente	grammatura
1	20		1	60		1	60	1	farina
2	30		2	q.b.		2	q.b.	2	zucchero
3	q.b.		3	5		3	5	3	latte
4	5							4	olio e.v. Oliva
Pietanza								5	uova
5	40							6	lievito
									1 ogni 10 bambini
									1 bustina ogni 10 b.
GIOVEDI'									
Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana
Ricetta n. 1.94			Ricetta n. 2.94			Ricetta n. 3.94			Ricetta n. 4.94
Condimento			Pietanza			Pietanza			
n. ingrediente	grammatura		n. ingrediente	grammatura		n. ingrediente	grammatura	n. ingrediente	grammatura
1	20		1	1		1	30	1	panna
2	q.b.		2	5		2	3	2	olio e.v. Oliva
3	10		3	q.b.		3	q.b.	3	sale
4	20								
5	q.b.								
6	5								
Pietanza									
7	50								
VENERDI'									
Primo piatto			Secondo piatto			Contorno			Merenda pomeridiana
Ricetta n. 1.95			Ricetta n. 2.95			Ricetta n. 3.95			Ricetta n. 4.95
Condimento			Pietanza			Pietanza			
n. ingrediente	grammatura		n. ingrediente	grammatura		n. ingrediente	grammatura	n. ingrediente	grammatura
1	25		1	60		1	70	1	panna liquida
2	4		2	1 ogni 6 porzioni		2	q.b.	2	zucchero
3	10		3	q.b.		3	3	3	uova
Pietanza			4	3		4	3	4	pesche
4	40		5	q.b.		5	3		

A.S.L. RM E
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. S.I.A.N.
DIRETTORE DOTT.SSA BERTA CANTALUCCI



Berta Cantalucci

MENU' ESTIVO - QUINTA SETTIMANA

LUNEDI'

Primo piatto
Ricetta n. 1.96

Condimento

n. Ingrediente

grammatura

1

cuore di melanzane

15

2

zucchine

20

3

odori (basilico)

q.b.

4

olio e.v. Oliva

5

5

parmigiano reggiano

10

6

pan grattato

q.b.

Pietanza

7

cinque cereali

40

Secondo piatto
Ricetta n. 2.96

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

prosciutto cotto senza polifosfati

30

Contorno
Ricetta n. 3.96

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

pomodori

60

2

sale

q.b.

3

olio e.v. Oliva

3

Merenda pomeridiana
Ricetta n. 4.96

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

panna liquida

25

2

aucchero

10

3

uova

1 ogni 4 bambini

4

Polpa di frutta di stagione

80

MARTEDI'

Primo piatto
Ricetta n. 1.97

Condimento

n. Ingrediente

grammatura

1

carote

20

2

zucchine

15

3

pomodori pelati

q.b.

4

olio e.v. Oliva

5

Pietanza

5

cous cous

35

Secondo piatto
Ricetta n. 2.97

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

groviera

35

Contorno
Ricetta n. 3.97

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

zucchine

70

2

sale

q.b.

3

olio e.v. Oliva

5

Merenda pomeridiana
Ricetta n. 4.97

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

frutta di stagione

80

2

latte

q.b.

MERCOLEDI'

Primo piatto
Ricetta n. 1.98

Condimento

n. Ingrediente

grammatura

1

pomodori pelati

20

2

ricotta

15

3

basilico

q.b.

4

olio e.v. Oliva

5

5

parmigiano reggiano

5

Pietanza

6

pasta

50

Secondo piatto
Ricetta n. 2.98

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

manzo

50

2

zucchine

20

3

olio e.v. Oliva

5

4

parmigiano reggiano

5

5

sale fino

q.b.

6

pomodori pelati

q.b.

Contorno
Ricetta n. 3.98

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

panna liquida

25

2

aucchero

10

3

uova

1 ogni 4 bambini

Merenda pomeridiana
Ricetta n. 4.98

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

panna liquida

25

2

aucchero

10

3

uova

1 ogni 4 bambini

GIOVEDI'

Primo piatto
Ricetta n. 1.99

Condimento

n. Ingrediente

grammatura

1

mozzarella

20

2

uovo

1 ogni 2 porzioni

3

parmigiano reggiano

5

4

pan grattato

q.b.

5

olio e.v. Oliva

5

Pietanza

6

pallate

40

Secondo piatto
Ricetta n. 2.100

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

bastoncini di pesce

60

2

sale fino

q.b.

3

olio e.v. Oliva

3

Contorno
Ricetta n. 3.99

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

finocchi

70

2

sale

q.b.

3

parmigiano reggiano

5

4

olio e.v. Oliva

5

5

pan grattato

3

Merenda pomeridiana
Ricetta n. 4.99

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

farina

12

2

lievito di birra

1/2 cubetto x 10 b

3

latte

1 cucchiaino x 10b

4

olio e.v. Oliva

2

5

sale

q.b.

6

polpa di pomodoro

15

7

mozzarella

10

VENERDI'

Primo piatto
Ricetta n. 1.100

Condimento

n. Ingrediente

grammatura

1

filati di merluzzo

15

2

pomodori pelati

30

3

odori (carote e sedano)

q.b.

4

olio e.v. Oliva

q.b.

Pietanza

5

pasta

50

Secondo piatto
Ricetta n. 2.100

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

bastoncini di pesce

60

2

sale fino

q.b.

3

olio e.v. Oliva

3

Contorno
Ricetta n. 3.100

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

carote

50

2

sale

q.b.

3

olio e.v. Oliva

3

Merenda pomeridiana
Ricetta n. 4.100

Pietanza

n. Ingrediente

grammatura

1

farina

15

2

zucchero

10

3

susina

30

4

olio e.v. Oliva

2

5

pan grattato

q.b.

6

yogurt

1 ogni 10 bambini

7

lievito

1 bustina ogni 10 b.

8

succo di frutta

10 ml