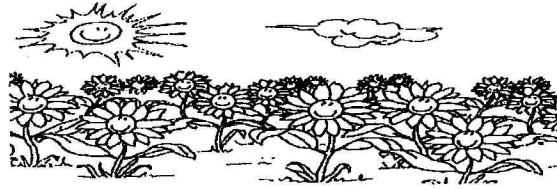


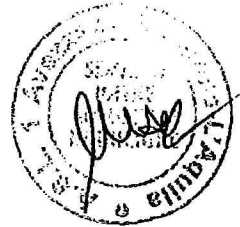
* Farfalline integrali al pomodoro
 Merluzzo impanato al forno
 Patate stick al forno
 Pane
 Frutta di stagione



	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare/medie
Venerdi	Farfalline integrali	50	60/70
	Pomodori pelati	70	70
	Odori	q.b.	q.b.
	Olio	5	5
	Merluzzo	70	100/110
	Pangrattato	q.b.	q.b.
	Olio	5	5
	Odori	q.b.	q.b.
	Patate	100	100
	Olio	q.b.	q.b.
	Pane	40	50/60
	Frutta di Stagione	150	150

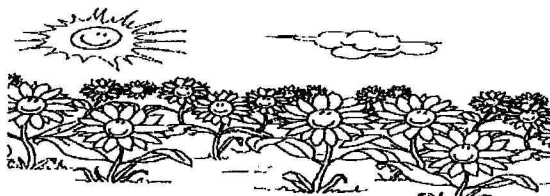
AVEZZANO

19 SET, 2013



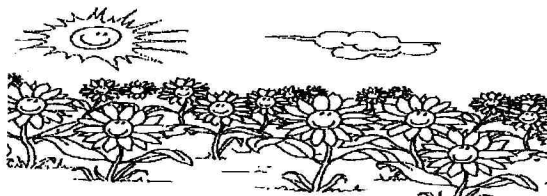
3^a settimana

Riso con burro e parmigiano
Crocchette di pollo al forno
Lattuga in insalata
Pane
Frutta di stagione



	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare/medie
Lunedì	Riso	50	60/70
	Burro e parmigiano	q.b.	70
	Olio	5	5
	Crocchette	100	120/140
	Olio	q.b.	q.b.
	Lattuga	50	50
	Olio	5	5
	Pane	40	50/60
	Frutta di Stagione	150	150

Pasta alla bolognese
Frittata di patate
Carote scottate
Pane integrale
Gelato alla frutta



	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare/medie
Martedì	Pasta <i>all'aglio</i>	50	60/70
	Pomodori pelati	70	70
	Macinato di vitello	30	30
	Olio	5	5
	Parmigiano	5	5
	Aromi	q.b.	q.b.
	Uovo	1 cad.	1/1+1/2
	Patate	50	50
	Olio	5	5
	Carote alla Julienne	100	150
	Olio	5	5
	Limone - aromi	q.b.	q.b.
	Pane integrale	40	50/60
	Gelato alla frutta	80	100

AVIZZANO 11/9 SET, 2013



Pasta con olio
Fettina di vitella alla pizzaiola
Bietole lessati
Pane
Frutta di stagione



Mercoledì	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare/medie
	Pasta	50	60/70
	Parmigiano Reggiano	5	5
	Olio	5	5
	Vitello	80	100/110
	Olio	5	5
	Pomodoro	50	50
	Aromi, parmigiano, pangrattato	q.b.	q.b.
	Bietole	100	100
	Olio	5	5
	Pane	40	50/60
	Frutta di Stagione	150	150

Gnocchetti alla sorrentina
Bastoncini di merluzzo al forno
Piselli al burro
Pane *et aprile*
Frutta di stagione



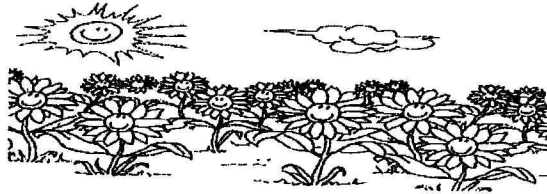
Giovedì	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare/medie
	Gnocchetti	120	150/180
	Mozzarella	20	20/30
	Pomodori pelati	70	70
	Odori	q.b.	q.b.
	Parmigiano	5	5
	Olio	5	5
	Bastoncini di Merluzzo	80	100/120
	Olio	q.b.	q.b.
	Piselli	100	150
	Burro	5	5
	Aromi	q.b.	q.b.
	Pane	40	50/60
	Frutta di Stagione	150	150

AVEZZANO

19 SET, 2013



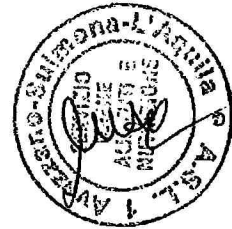
Pasta integrale con zucchine
 Pizza margherita
 Spinaci all'olio
 Frutta di stagione



Venerdì	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare/medie
	Pasta integrale	50	60/70
Zucchine	50	60	
Olio	5	5	
Aromi	q.b.	q.b.	
Pizza margherita	100	150/170	
Spinaci	150	150	
Olio e.v.	5	5	
Frutta di Stagione	150	150	

AVEZZANO

11 9 SET, 2013



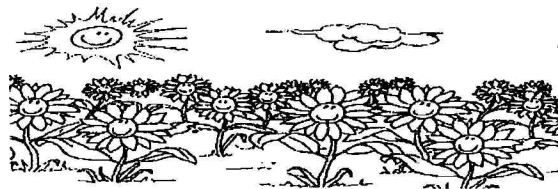
4^a settimana

Pasta e piselli
Arista di maiale al forno
Spinaci all'agro
Pane
Frutta di Stagione



Lunedì	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare/medie
	Pasta	30	40/50
	Piselli	20	30/40
	Odori, olio	q.b.	q.b.
	Maiale magro	100	120/140
	Olio	5	5
	Aromi	q.b.	q.b.
	Spinaci	100	150
	Olio	5	5
	Limone	q.b.	q.b.
	Pane	40	50/60
	Frutta di Stagione	150	150

Pennette integrali pomodoro e basilico
Petto di tacchino ai ferri
Lattuga in insalata
Pane
Frutta di stagione



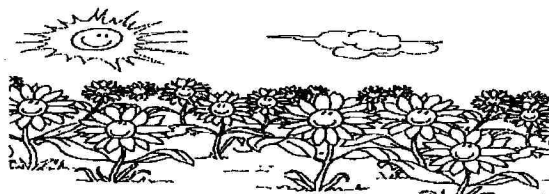
Martedì	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare/medie
	Pasta	50	60/70
	Pomodori pelati	70	70
	Olio	5	5
	Basilico	5	5
	Aglio	q.b.	q.b.
	Petto di tacchino	100	120/140
	Lattuga	80	100
	Olio	5	5
	Pane	40	50/60
	Frutta di Stagione	150	150

AVEZZANO

6 SET. 2019

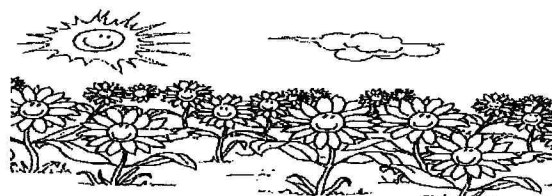


Pasta all'olio
 Sgoliolate alla Mugnaia
 Patate Stick al forno
 Pane
 Frutta di stagione



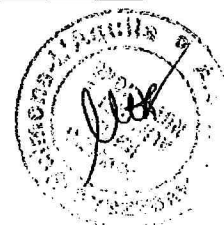
Mercoledì	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare/medie
	Pasta	50	60/70
Parmigiano	5	5	
Olio	5	5	
Sogliola	80	100/120	
Farina, limone e prezzemolo	q.b.	q.b.	
Olio	5	5	
Patate	100	150	
Olio	q.b.	q.b.	
Pane	40	50/60	
Frutta di Stagione	150	150	

Passato di verdure con riso
 Stracchino/mozzarella
 Finocchi in insalata
 Pane
 Crostata alla frutta

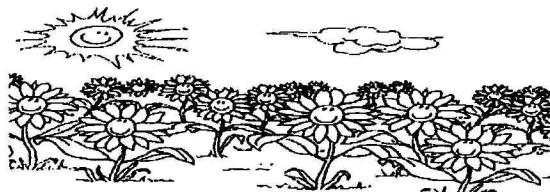


Giovedì	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare/medie
	Riso	40	50/60
Carote	15	15	
Zucchine	20	20	
Bieta	20	20	
Cavolo verza	20	20	
Sedano	10	10	
Patate	15	15	
Pomodori, odori	q.b.	q.b.	
Olio	5	5	
Parmigiano Reggiano			
Stracchino/mozzarella	100	120	
Finocchi	100	100	
Olio	5	5	
Pane	40	50/60	
Crostata alla frutta	80	100	

AVEZZANO 11 9 SET. 2013



Spaghetti alle vongole
 Frittata al forno con zucchine
 Spinaci
 Pane integrale
 Frutta di stagione



	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare/medie
Venerdì	Pasta	50	60/70
	Olio	5	5
	Vongole surgelate	20	20/30
	Pomodoro	50	50
	Aglio e prezzemolo	q.b.	q.b.
	Uovo	1 cad.	1 /1+1/2.
	Olio	5	5
	Zucchine	q.b.	q.b.
	Spinaci	100	150
	Olio	10	10
	Pane integrale	40	50/60
	Frutta di Stagione	150	150

AVEZZANO 19 SET, 2013



5^a settimana

Pasta al pomodoro
Prosciutto cotto
Finocchi al gratin
Pane
Frutta di Stagione

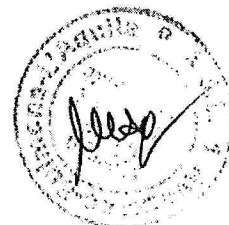
Lunedì	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare/medie
	Pasta	50	60/70
	Pomodoro	70	70
	Olio	5	5
	Prosciutto cotto	40	60/70
	Finocchi	150	150
	Olio	10	10
	Pan grattato, Odori	q.b.	q.b.
	Pane	40	50/60
	Frutta di Stagione	150	150

Riso integrale con fagioli
Mozzarella/Stracchino
Spinaci all'olio
Pane
Frutta di Stagione

Martedì	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare/medie
	Riso integrale	30	40/50
	Fagioli	20	30
	Pomodori, odori	q.b.	q.b.
	Olio	5	5
	Mozzarella/ Stracchino	60	60/80
	Spinaci	150	150
	Olio	10	10
	Pane	40	50/60
	Frutta di Stagione	150	150

AVEZZANO

SET. 2013



Pasta con pomodoro e basilico
 Polpettone al forno
 Insalata
 Pane
 Frutta di Stagione

	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare/medie
Mercoledì	Pasta	50	70/80
	Pomodoro e Basilico	q.b.	q.b.
	Odori	q.b.	q.b.
	Olio	5	5
	Polpettone	80	90/100
	Uova ed odori	q.b.	q.b.
	Olio	5	5
	Insalata	80	80
	Olio	10	10
	Pane	40	50/60
	Frutta di Stagione	150	150

Pasta olio e parmigiano
 Bastoncini di merluzzo al forno
 Pomodori
 Pane integrale
 Frutta di Stagione

	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare/medie
Giovedì	Pasta	50	60/70
	Olio	5	5
	Parmigiano	5	5
	Bastoncini di merluzzo	100	120
	Pomodori	80	80
	Olio	5	5
	Pane integrale	40	50/60
Frutta di Stagione	150	150	

AVEZZANO 19 SET. 2013



Pastina in brodo vegetale
 Frittata al forno con formaggio
 Patate stick al forno
 Pane
 Frutta di Stagione

	LISTA DEGLI ALIMENTI	Quantità pro capite in grammi	
		Materna	Elementare/medie
Venerdì	Pastina	30	40/50
	Pomodori pelati	q.b.	q.b.
	Cipolle	10	10
	Zucchine	20	30
	Carote	20	20
	Sedano	15	15
	Patate	20	20
	Olio	5	5
	Parmigiano Reggiano	5	5
	Uovo	1	1/1+1/2
	Mozzarella per frittata	20	20
	Olio	5	5
	Patate	100	100
	Olio	q.b.	q.b.
	Pane	40	50/60
Frutta di stagione	150	150	

AVEZZANO 19 SET. 2013

