



Istituto San Giuseppe - Pozzuoli *

MENU AUTUNNO/INVERNO
SCUOLA INFANZIA/PRIMARIA A.S 2025-2026

	I SETTIMANA	II SETTIMANA	III SETTIMANA	IV SETTIMANA
LUNEDI	Pasta con zucca Prosciutto cotto di I qualità Insalata mista Frutta di stagione Pane bianco	Pasta e lenticchie Carote all'agro Frutta di stagione Pane bianco	Pasta al sugo di pomodoro Omelette al forno Insalata mista Frutta di stagione Pane bianco	Pasta alla bolognese Trancio di parmigiano Insalata mista Frutta di stagione Pane bianco
MARTEDI	Pasta e lenticchie Carote all'agro Frutta di stagione <u>Pane integrale</u>	Pasta e patate Formaggio spalmabile Spinaci all'agro Frutta di stagione <u>Pane integrale</u>	Pasta e fagioli Petto di pollo Spinaci al limone Frutta di stagione <u>Pane integrale</u>	Pasta e ceci Carote e mais Frutta di stagione <u>Pane integrale</u>
MERCOLEDI	Pasta integrale al sugo di pomodoro Petto di pollo Purè di patate Frutta di stagione Pane bianco	Riso al sugo Filetto di pesce al pomodoro Insalata mista Frutta di stagione Pane bianco	Focaccia al pomodoro Arista di maiale al forno Patate al forno Frutta di stagione Pane bianco	Pasta con patate Filetto di pesce al pomodoro Spinaci all'agro Frutta di stagione Pane bianco
GIOVEDI	Pasta e fagioli (come minestra) Carote e mais Frutta di stagione <u>Pane a ridotto contenuto di sale</u>	Pasta e ceci Carote e mais Frutta di stagione <u>Pane a ridotto contenuto di sale</u>	Riso con minestrone di verdure Filetto di pesce panato al forno Insalata verde Frutta di stagione <u>Pane a ridotto contenuto di sale</u>	Pasta integrale al sugo di pomodoro Prosciutto cotto di I qualità Insalata verde Frutta di stagione <u>Pane a ridotto contenuto di sale</u>
VENERDI	Riso con minestrone di verdure Filetto di pesce panato al forno Spinaci all'agro Frutta di stagione <u>Pane integrale</u>	Pasta integrale al sugo di pomodoro Polpette di bovino al forno Spinaci al limone Frutta di stagione <u>Pane integrale</u>	Pasta e lenticchie Carote all'agro Frutta di stagione <u>Pane integrale</u>	Pasta e lenticchie Carote all'agro Frutta di stagione <u>Pane integrale</u>

N.B. panino tipo rosetta da g. 30 (infanzia) e da g. 50 (primaria) (2 volta a settimana integrale e 1 volta a ridotto contenuto di sale). Acqua minerale ml 250. Sale iodato q.b. Frutta fresca di stagione gr 150. Olio extravergine di oliva gr 10. Un giorno a settimana prevedere l'utilizzo di alimenti biologici. Si rimanda al file allegato il controllo delle tabelle dietetiche con la composizione dei pasti e le relative grammature.