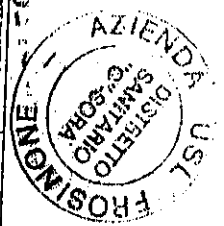


ALLEGATO D

MENU INVERNALE ANNO SCOLASTICO 2018 - 2019

Prima settimana	Seconda settimana	Terza settimana	Quarta settimana
Lunedì	Lunedì	Lunedì	Lunedì
Pasta al pomodoro e basilico	Risotto e piselli in brodo	Pasta al ragù	Pasta e zucchine
Filetti di platessa gratinati	Fornaggio spalmabile	Petto di tacchino panato	Frittata di patate
Insalata verde	Piselli al prosciutto	Fagiolini all'agro	Patate al forno
Pane	Pane	Pane	Pane
Fruita di stagione	Fruita di stagione	Fruita di stagione	Fruita di stagione
Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana
Martedì	Martedì	Martedì	Martedì
Pasta al ragù	Gnocchetti sardi al pomodoro	Pasta alla carbonara	Penne all'amatriciana
Scaloppina di vitello	Fettine alla pizzaiola	Prosciutto cotto	Bastoncini di merluzzo
Spinaci gratinati	Fagiolini all'agro	Insalata verde	Spinaci all'olio
Pane	Pane	Pane	Pane
Fruita di stagione	Fruita di stagione	Fruita di stagione	Fruita di stagione
Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana
Mercoledì	Mercoledì	Mercoledì	Mercoledì
Pasta e fagioli in brodo	Pasta informata	Minestrone con pasta	Risotto al ragù
Rotolo di frittata con prosciutto	Polpette di pesce	Filetto di nasello	Prosciutto cotto e formaggio
Insalata di patate	Spinaci	Carote all'olio	Insalata mista
Pane	Pane	Pane	Pane
Fruita di stagione	Fruita di stagione	Fruita di stagione	Fruita di stagione
Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana
Giovedì	Giovedì	Giovedì	Giovedì
Minestrone con pasta	Pasta all'amatriciana	Gnocchetti sardi al pomodoro	Pasta al pomodoro
Bastoncini di merluzzo	Cosce di pollo al forno	Mozzarella	Arista di maiale al forno
Fagiolini all'agro	Bietolina	Piselli	Spinaci
Pane	Pane	Pane	Pane
Fruita di stagione	Fruita di stagione	Fruita di stagione	Fruita di stagione
Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana
Venerdì	Venerdì	Venerdì	Venerdì
Pasta informata	Minestrone con pasta	Pasta al pomodoro	Minestrone con pasta e lenticchie
Polpette al forno	Filetti di pesce al forno	Cosce di pollo al forno	Fettina di vitello panata
Piselli	Insalata di finocchi	Patate al forno	Finocchi e carote
Pane	Pane	Pane	Pane
Fruita di stagione	Fruita di stagione	Fruita di stagione	Fruita di stagione
Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana
SABATO DI FONIANA	SABATO DI FONIANA	SABATO DI FONIANA	SABATO DI FONIANA
Polpette al forno	Filetti di pesce al forno	Cosce di pollo al forno	Minestrone con pasta e lenticchie
Piselli	Insalata di finocchi	Patate al forno	Fettina di vitello panata
Pane	Pane	Pane	Finocchi e carote
Fruita di stagione	Fruita di stagione	Fruita di stagione	Pane
Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana
Megaglio d'argento al Merito Civile			



Data 3/9/2015

IN ARRIVO

Prot. N. 5951

AZIENDA USL FROSINONE
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE

Dirigente Medico
Dott. Emilio Caschi

1

MENU' ESTIVO ANNO SCOLASTICO 2018 - 2019

Prima settimana	Seconda settimana	Terza settimana	Quarta settimana
Lunedì	Lunedì	Lunedì	Lunedì
Pasta al pomodoro e basilico	Pasta al pomodoro	Crema di funghi con pasta	Pasta e zucchini
Filetto di merluzzo al limone	Frittata di patate	Spezzatino di vitello	Filetti di platessa panati
Insalata di patate	Piselli	Patate	Insalata mista
Pane	Pane	Pane	Pane
Fruita di stagione	Fruita di stagione	Fruita di stagione	Fruita di stagione
Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana
Martedì	Martedì	Martedì	Martedì
Risotto alla parmigiana	Gnocchi al ragù	Tortellini al ragù	Pasta rifornata
Frittata di prosciutto	Scaloppine di maiale	Mozzarella	Arrostio di vitello
Verdura	Zucchini gratinate	Pomodori	Fagiolini all'agro
Pane	Pane	Pane	Pane
Fruita di stagione	Fruita di stagione	Fruita di stagione	Fruita di stagione
Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana
Mercoledì	Mercoledì	Mercoledì	Mercoledì
Minestrone con pasta	Risotto con crema di piselli	Pasta al pesto	Passato di verdura con riso
Pette di pollo	Formaggio e prosciutto cotto	Filetto di platessa	Filetto di nasello gratinati
Spinaci	Patate al forno	Carote filange	Patate al forno
Pane	Pane	Pane	Pane
Fruita di stagione	Fruita di stagione	Fruita di stagione	Fruita di stagione
Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana
Giovedì	Giovedì	Giovedì	Giovedì
Pasta al pomodoro	Pasta al pomodoro	Crema di verdure con pasta	Tortellini al ragù
Involmini di vitella con pomodorini	Cosce di pollo	Frittata con prosciutto cotto	Scaloppine al limone
Piselli	Carote al vapore	Purè di patate	Insalata mista
Pane	Pane	Pane	Pane
Fruita di stagione	Fruita di stagione	Fruita di stagione	Fruita di stagione
Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana
Venerdì	Venerdì	Venerdì	Venerdì
Pasta rifornata	Pasta al tonno	Pasta al pomodoro	Crema di fagioli con pasta
Formaggio	Filetti di sogliola alla mugnaia	Hamburger di pollo	Frittata di zucchini
Fagiolini all'agro	Insalata	Insalata di pomodoro	Verdura cotta
Pane	Pane	Pane	Pane
Fruita di stagione	Fruita di stagione	Fruita di stagione	Fruita di stagione
Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana	Alternativa al primo: pasta olio e grana

Data 3/9/2015
IN ARRIVO
 Prot. N. 5951
COMUNE DI FONTANA LIRI
 AZIENDA USL FROSINONE
 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
 Dirigente Medico
 Dott. Emilio Caballe



3

TABELLA DIETETICA	INFANZIA
Pasta (o riso)	50g
Pasta o riso con legumi secchi	50g + 20g
Gnocchi	170g
Tortellini	80g
Minestre con pasta	80g + 30g
Carne: vitellone, vitella, pollo, tacchino, maiale	50g
Ragù di carne	40g
Pesce	70g
Uova	n.^ 1
Prosciutto cotto	40g
Formaggio fresco	60g
Formaggio stagionato	40g
Verdura in foglie	80g
Patate / Carote	80g
Zucchine	80g
Piselli / Fagioli	80g
Fagiolini	80g
Insalata mista	50g
Pomodori	80g
Finocchi	80g
Frutta di stagione	150g
Pane	30g
Parmigiano grattugiato	5g
Olio extra vergine di oliva	10g

PROFILO NUTRIZIONALE	INFANZIA
Proteine	23g
Lipidi	19g
Glucidi	75g
Kcal	550



COMUNE DI FONTANA LIRI
Medicina d'argento al Merito Civile

Data 2/9/2018

IN ARRIVO

Prot. N. 5951

AZIENDA USL FROSINONE
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE

Direttore Medico
Dott. Emilio Cardile

[Handwritten signature]

3

TABELLA DIETETICA	SECONDARIA 1^ GRADO
Pasta (o riso)	80g
Pasta o riso con legumi secchi	80g + 40g
Gnocchi	260g
Tortellini	120g
Minestre con pasta	120g + 60g
Carne: vitellone, vitella, pollo, tacchino, maiale	80g
Ragù di carne	50g
Pesce	100g
Uova	n.^ 1
Prosciutto cotto	60g
Formaggio fresco	80g
Formaggio stagionato	60g
Verdura in foglie	150g
Patate / Carote	150g
Zucchine	150g
Piselli / Fagioli	130g
Fagiolini	140g
Insalata mista	90g
Pomodori	150g
Finocchi	150g
Frutta di stagione	150g
Pane	70g
Parmigiano grattugiato	5g
Ollo extra vergine di oliva	10g

PROFILO NUTRIZIONALE	SECONDARIA 1^ GRADO
Proteine	41g
Lipidi	23g
Glucidi	121g
Kcal	825



COMUNE DI FONTANA LIRI
Medaglia d'argento al Merito Civile

Data 3/9/2018

IN ARRIVO

Prot. N. 5951

AZIENDA USL FROSINONE
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE

Dirigente Medico
Dott. Emilio Cardile

5

RICETTE DEI PIATTI

PRIMI PIATTI:

- Pasta con le zucchine** (pasta, cipolla, zucchine, parmigiano, olio extra vergine, aromi, sale).
- Minestrone con pasta** (pasta, patate, bieta, pelati, sedano, carote, cipolla, olio extra vergine, parmigiano, sale).
- Pasta al pomodoro** (pasta, passata di pomodoro, olio extra vergine, aglio, cipolla, basilico, sale).
- Pasta olio e grana** (pasta, olio extra vergine, grana, sale).
- Gnocchi al ragù o pasta o riso o tortellini** (pasta, carne macinata, passata di pomodoro, cipolla, sedano, olio extra vergine, sale).
- Pasta e fagioli** (pasta, fagioli, cipolle, sedano, carote, patate, parmigiano, olio extra vergine, aromi, sale).
- Risotto alla parmigiana** (riso, cipolla, olio extra vergine, parmigiano, brodo vegetale, sale).
- Pasta e patate** (pasta, patate, cipolla, olio extra vergine, parmigiano, sale).
- Pasta e piselli** (pasta, piselli, aromi, olio extra vergine, parmigiano, sale).
- Minestrone con pasta e legumi** (pasta, patate, legumi, bieta, pelati, sedano, patate, carote, cipolla, brodo vegetale, olio extra vergine, parmigiano, sale).
- Crema di legumi con pasta** (pasta, lenticchie/piselli, patate, brodo vegetale, parmigiano, olio extra vergine, sale).
- Pasta al pesto** (pasta, basilico, pinoli, parmigiano, olio extra vergine e sale).
- Passato di verdure con pasta o riso** (pasta/riso, cipolle, carote, patate, zucchine, sedano, bieta, parmigiano, olio extra vergine, sale).
- Pasta infornata** (pasta, uovo sodo, mozzarella, piselli, prosciutto cotto, formaggio fontina, olio extra vergine e sale).
- Pasta al tonno** (pasta, tonno sgocciolato, cipolla, pelati, olio extra vergine, parmigiano, sale).
- Risotto con crema di piselli in brodo** (riso, piselli, patate, brodo vegetale, aromi, olio extra vergine, sale e parmigiano).
- Gnocchetti sardi al pomodoro** (pasta, ricotta fresca, pelati, cipolla, basilico, pecorino grattugiato, olio extra vergine, sale).
- Pasta all'amatriciana** (pasta, prosciutto cotto, parmigiano, pelati, olio extra vergine, sale).
- Pasta alla carbonara** (pasta, prosciutto cotto, parmigiano, tuorli dell'uovo, olio extra vergine, sale).

COMUNE DI FONTANA LIRI

Attestato d'Argento al Merito Civile
Data 31/9/2018

IN ARRIVO

Prot. N. 5951

SECONDI PIATTI:

- Filetti di pesce gratinati** (filetti di merluzzo/platessa/nasello, pangrattato, olio extra vergine, rosmarino, sale)
- Filetto di merluzzo al limone** (filetti di merluzzo, olio extra vergine, vino bianco, limone, sale)
- Filetti di platessa panata** (platessa, pangrattato, uova, olio extra vergine, sale)
- Pesce al forno** (filetti di merluzzo/ platessa/nasello, aromi misti, olio extra vergine, sale)
- Filetto di sogliola alla mugnaia** (sogliola, prezzemolo, succo di limone, farina, latte, olio extra vergine, sale).
- Bastoncini di pesce** (bastoncini di pesce surgelato, olio extra vergine)
- Polpette di pesce** (filetti di pesce, patate, uova, prezzemolo, olio extra vergine, sale)
- Frittata al forno con formaggio** (uova, farina, latte, parmigiano, olio extra vergine, sale).
- Frittata di zucchine** (uova, zucchine, cipolla, olio extra vergine, sale)
- Frittata di patate** (uova, patate, olio extra vergine, sale)
- Rotolo di frittata con prosciutto** (uova, prosciutto cotto, parmigiano, olio extra vergine, sale)
- Formaggi** (ricotta, stracchino, crescenza, primo sale, parmigiano, formaggi locali)
- Scaloppine di carne** (carne, farina, succo di limone, prezzemolo, salvia, rosmarino, olio extra vergine, sale).
- Petto di pollo al forno** (petto di pollo, olio extra-vergine di oliva, rosmarino, sale).
- Arista di maiale al forno** (arista, aglio, olio extra-vergine di oliva, rosmarino, sale)
- Fettina di vitello/tacchino panata al forno** (carne, uova, pangrattato, olio extra vergine, sale)
- Fettina alla pizzaiola** (carne, pelati, aglio, origano, olio extra vergine, sale).
- Cosce di pollo al forno** (coscio di pollo, rosmarino, salvia, aglio, olio extra-vergine di oliva, sale)
- Hamburger di pollo** (macinato di pollo, aromi, olio extravergine, sale)
- Frittata con verdure** (uova, farina, latte parmigiano, spinaci, olio extra vergine, sale).
- Polpette in umido** (carne macinata, uova, mollica di pane, grana, prezzemolo, olio extra vergine, sale).
- Spezzatino di vitello** (vitello, pelati, cipolla, sedano, rosmarino, olio extra vergine, sale).
- Arrosto di tacchino/vitello al forno** (carne, rosmarino, salvia, olio extra vergine)

COMUNE DI FONTANA LIRI
Medaglia d'argento al Merito Civile

Data 3/9/2018

IN ARRIVO

Prot. N. 5751

Polpette di vitello al forno (carne di vitello macinata, pane bianco, parmigiano, uova, pangrattato, olio extra vergine, sale).

Involtini di vitella con pomodorini (vitello, pomodori, odori, olio extra vergine, sale)

CONTORNI

Insalata (Insalata di un singolo tipo es. lattuga, olio extra-vergine d'oliva, sale)

Carote (carote, olio extra-vergine d'oliva, sale)

Pomodori (pomodori, olio extra vergine, sale)

Fagiolini all'agro (fagiolini, olio extra-vergine d'oliva, limone, sale)

Insalata di pomodoro (insalata mista, pomodoro, olio extra vergine, sale)

Insalata mista (verdure di stagione, olio extra vergine di oliva, sale)

Insalata di patate (lattuga, patate, olio extra-vergine d'oliva, sale)

Patate (patate, olio extra-vergine di oliva, rosmarino, sale)

Purè (patate lesse passate , latte intero, burro, sale)

Zucchine gratinate (zucchine, pangrattato, pomodoro, parmigiano, olio extra-vergine d'oliva, sale)

Spinaci gratinati (spinaci, pangrattato, parmigiano, olio extra-vergine d'oliva, sale)

Piselli al prosciutto (piselli, cipolla, prosciutto cotto, olio extra vergine, sale)

Insalata di finocchi (verdure miste, finocchi, olio extra vergine, sale)

Verdure (bietola/ spinaci, aglio, limone, olio extra-vergine d'oliva, sale)

COMUNE DI FONTANA LIRI
Comune di Merito Civile

Data 3/9/2018

IN ARRIVO

Prot. N. 5957

8/