CAMST
LA RISTORAZIONE ITALIANA

Anno scolastico 2023-2024

MENU' AUTUNNO-INVERNO

		LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1a Settimana	PRIMO	PASSATO DI VERDURA CON PASTINA	PASTA CON POMODORO E TONNO	PIATTO UNICO SPEZZATINO IN UMIDO CON POLENTA	RISOTTO ALLA PARMIGIANA	PASTA ALLA NAPOLETANA
	SECONDO	BOCCONCINI DI TACCHINO	FRITTATA O UOVA SODE	FAGIOLINI AL VAPORE	CROCCHETTE DI MERLUZZO GRATINATE AL FORNO	CACIOTTA
	CONTORNO	INSALATA MISTA	CAROTE ALL'OLIO	PURE' DI PATATE	BIETA ALL'OLIO	CAVOLFIORE AL VAPORE
	DESSERT	FRUTTA FRESCA	YOGURT	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA
		LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	PRIMO	GNOCCHI AL POMODORO	PIATTO UNICO PIZZA MARGHERITA	PASTA AL POMODORO E BASILICO	RISOTTO ALLA ZUCCA	CREMA DI LEGUMI CON RISO
	SECONDO	COSCIA DI POLLO AL FORNO	FAGIOLINI ALL'OLIO	FAGIOLI ALL'UCCELLETTO	PROSCIUTTO COTTO	PEPITE DI PESCE DORATE AL MAIS
	CONTORNO	CAROTE PREZZEMOLATE	INSALATA MISTA	FINOCCHI AL VAPORE	PATATE AL FORNO	CAPPUCCIO JULIENNE
	DESSERT	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	YOGURT
		LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
3a Settimana	PRIMO	RISOTTO AL RAGU' DI POLLO	PASTA AL PESTO	VELLUTATA DI VERDURA CON CROSTINI	PIATTO UNICO BOLLITO DI MANZO CON SALSA DI PANE	PASTA ALLA PIZZAIOLA
	SECONDO	MOZZARELLA	PETTO DI TACCHINO AL FORNO	FILETTO DI PLATESSA AL LIMONE	FAGIOLINI ALL'OLIO	FRITTATA O UOVA SODE
	CONTORNO	INSALATA MISTA	CAROTE AL PREZZEMOLO	CAVOLFIORE GRATINATO	PATATE AL VAPORE	FINOCCHIO AL VAPORE
	DESSERT	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	YOGURT	FRUTTA FRESCA
		LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
4a Settimana	PRIMO	PASTA ALLA PARMIGIANA	PIATTO UNICO LASAGNE AL RAGU'	CREMA DI CAROTE CON CROSTINI	PASTA AL POMODORO	RISO ALLA PARMIGIANA
	SECONDO	BASTONCINI DI PESCE (PER INFANZIA CUORI DI MERLUZZO AL VAPORE)	CAVOLFIORE AL VAPORE	STRACCETTI DI POLLO DORATI AL MAIS	POLPETTE DI LEGUMI	HAMBURGER DI MANZO
	CONTORNO	CAROTE JULIENNE	INSALATA MISTA DI STAGIONE	PURE' DI PATATE	INSALATA VERDE	SPINACI ALL'OLIO
	DESSERT	YOGURT	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA

Le grammature dei piatti rispettano quelle riportate dalle Linee Guida in materia di miglioramento della ristorazione collettiva- Regione Veneto 2014-2018
Gli allergeni sono specificati nel ricettario scolastico come previsto dal reg. 1169 allegato II

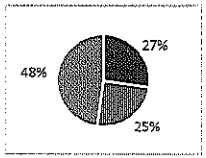
AGGIORNATO AL 01/04/2019
RESPONSABILE DI LOCALE

BIOLOGA NUTRIZIONISTA: DOTT.SSA BETTONTE ALICE

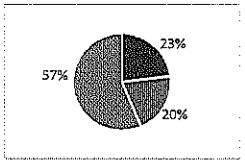
scuola materna calcolo bromatologico menù

1a Settimana

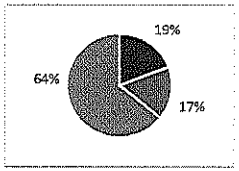
	lunedì				tot
Kcal	218,3	120	55	82,5	475,8
Proteine	6,8	12,9	0,9	4,8	25,4
Lipidi	7,5	5,7	5,1	4,9	23,2
Glucidi	32,9	4,7	1,6	5,4	44,6



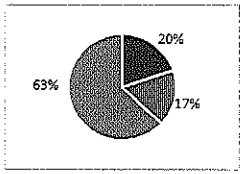
	martedì				
Kcal	305,2	129,7	73	69,3	577,2
Proteine	13,7	12	0,9	1,05	27,65
Lipidi	9,4	9,4	5,2	0,45	24,45
Glucidi	44,2	0,9	6,1	16,4	67,6



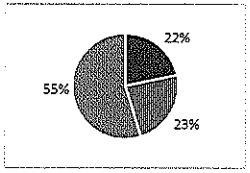
	mercoledì				
Kcal	227,7	60	168,8	69,3	525,8
Proteine	14,3	2,3	4,8	1,05	22,45
Lipidi	7,5	5,1	6,1	0,45	19,15
Glucidi	28,8	2	27,7	16,4	74,9



	giovedì				
Kcal	276,3	154,3	58,6	69,3	558,5
Proteine	5,9	13,4	1	1,05	21,35
Lipidi	6,6	6,7	5,1	0,45	18,85
Glucidi	48,9	9,9	2,2	16,4	77,4



	venerdì				
Kcal	271	104	65	69,3	509,3
Proteine	8,8	6,9	2,6	1,05	19,35
Lipidi	7,4	8,5	5,2	0,45	21,55
Glucidi	45	0,5	2,2	16,4	64,1

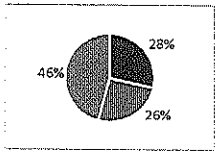


media settimanale 529,32

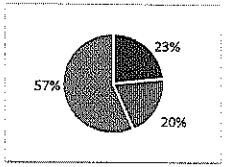
scuola primaria calcolo bromatologico menù

1a Settimana

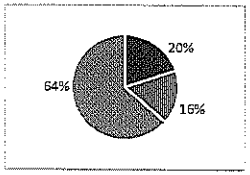
	lunedì				tot
Kcal	222	131	73	82,5	508,5
Proteine	7,3	15,3	0,9	4,8	28,3
Lipidi	7,9	5,8	7,1	4,9	25,7
Glucidi	34	4,7	1,6	5,4	45,7



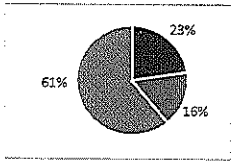
	martedì				
Kcal	360,3	145,3	102,6	69,3	677,5
Proteine	17,4	13	1,4	1,05	32,85
Lipidi	10,6	10,1	7,3	0,45	28,45
Glucidi	52	1,3	9,9	16,4	79,6



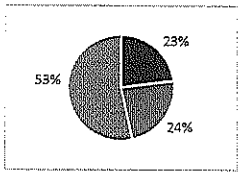
	mercoledì				
Kcal	275	83,4	224	69,3	651,7
Proteine	17,4	2,7	6,7	1,05	27,85
Lipidi	7,8	7,1	7,8	0,45	23,15
Glucidi	36,2	2,8	33,8	16,4	89,2



	giovedì				
Kcal	312	167,7	83,4	69,3	632,4
Proteine	6,6	15,4	1,7	1,05	24,75
Lipidi	6,8	6,9	7,1	0,45	21,25
Glucidi	56,9	10,6	3,6	16,4	87,5



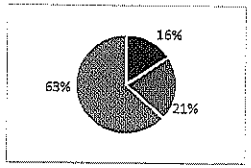
	venerdì				
Kcal	307,3	130	93	69,3	599,6
Proteine	10,1	8,5	3,8	1,05	23,45
Lipidi	7,6	10,6	7,3	0,45	25,95
Glucidi	52,8	0,6	3,3	16,4	73,1



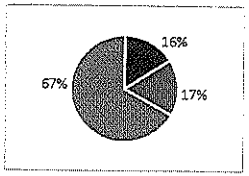
media settimanale 613,94

scuola materna calcolo bromatologico menù
2a Settimana

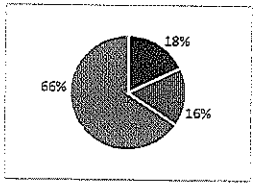
	lunedì				tot
Kcal	231,7	110,5	73	69,3	484,5
Proteine	4,2	8,9	0,9	1,05	15,05
Lipidi	6,8	7,8	5,2	0,45	20,25
Glucidi	38,5	0,2	6,1	16,4	61,2



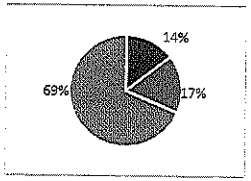
	martedì				tot
Kcal	396,4	60	55	69,3	580,7
Proteine	15,6	2,3	0,9	1,05	19,85
Lipidi	10,7	5,1	5,1	0,45	21,35
Glucidi	63,4	2	1,6	16,4	83,4



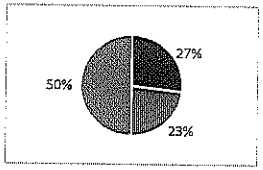
	mercoledì				
Kcal	302	161,4	52,2	69,3	584,9
Proteine	9,3	8,3	1	1,05	19,65
Lipidi	6,9	5,8	5	0,45	18,15
Glucidi	55,1	19,9	0,8	16,4	72,3



	giovedì				
Kcal	285,2	65	147	69,3	566,5
Proteine	5,7	5,9	2,5	1,05	15,15
Lipidi	6,4	4,4	6,2	0,45	17,45
Glucidi	49,8	0,3	21,6	16.4	71,7



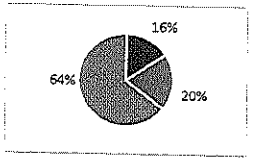
	venerdì				
Kcal	246,5	133,7	52,6	82,5	515,3
Proteine	8,7	13,4	0,8	4,8	27,7
Lipidi	7,2	6,7	5	4,9	23,8
Glucidi	39,2	6	1	5,4	51,6



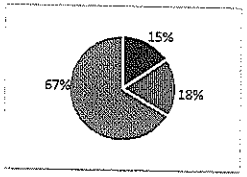
media settimanale 546,38

scuola primaria calcolo bromatologico menù
2a Settimana

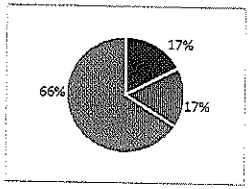
	lunedì				tot
Kcal	274	123,5	102,6	69,3	569,4
Proteine	4,9	10,8	1,4	1,05	18,15
Lipidi	6,9	8,2	7,3	0,45	22,85
Glucidi	48,2	0,2	9,9	16,4	74,7



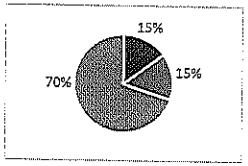
	martedì				tot
Kcal	440,3	83,4	73	69,3	666
Proteine	17,1	2,7	0,9	1,05	21,75
Lipidi	10,8	7,1	7,1	0,45	25,45
Glucidi	73,1	2,8	1,6	16,4	93,9



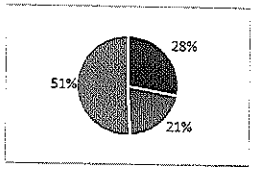
	mercoledì				
Kcal	340,4	161,4	73,8	69,3	644,9
Proteine	10,5	8,3	1,6	1,05	21,45
Lipidi	7,6	5,8	7	0,45	20,85
Glucidi	64,4	19,9	1,3	16,4	82,1



	giovedì				
Kcal	323,8	86	206	69,3	685,1
Proteine	6,4	7,9	3,9	1,05	19,25
Lipidi	6,5	5,8	6,9	0,45	19,65
Glucidi	58	0,4	32,1	16.4	90,5



	venerdì				
Kcal	283,1	141,4	54,5	82,5	561,5
Proteine	10,9	15,4	1,1	4,8	32,2
Lipidi	7,5	6,9	5	4,9	24,3
Glucidi	45,8	6,3	1,3	5,4	58,8

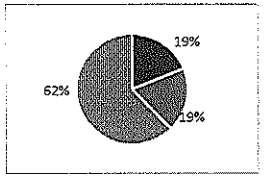


media settimanale 625,38

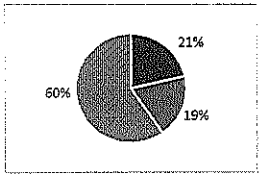
scuola materna calcolo bromatologico menù

3a Settimana

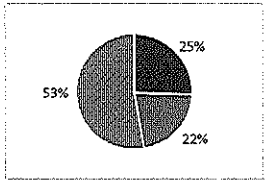
	lunedì				tot
Kcal	325	97,2	55	69,3	546,5
Proteine	11,1	7,9	0,9	1,05	20,95
Lipidi	8,7	6,4	5,1	0,45	20,65
Glucidi	49,6	1,4	1,6	16,4	69



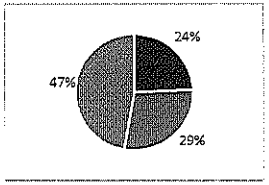
	martedì				tot
Kcal	291,8	106	73	69,3	540,1
Proteine	10	12,3	0,9	1,05	24,25
Lipidi	9,8	5,7	5,2	0,45	21,15
Glucidi	43,6	1,3	6,1	16,4	67,4



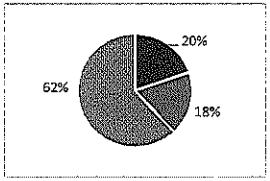
	mercoledì				tot
Kcal	188,5	154,3	76,2	69,3	488,3
Proteine	6,2	13,4	3,6	1,1	24,3
Lipidi	7,5	6,7	5,9	0,5	20,6
Glucidi	21,5	9,9	2,2	16,4	50



	giovedì				tot
Kcal	219,5	60	147	82,5	509
Proteine	13,8	2,3	2,5	4,8	23,4
Lipidi	11,3	5,1	6,2	4,9	27,5
Glucidi	16,5	2	21,6	5,4	45,5



	venerdì				tot
Kcal	302	129,7	52,2	69,3	553,2
Proteine	9,27	12	1	1,05	23,32
Lipidi	6,9	9,4	5	0,45	21,75
Glucidi	55,1	0,9	0,8	16,4	73,2

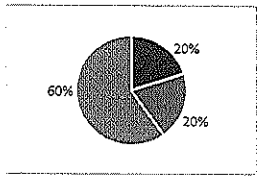


MEDIA SETTIMANALE 527,42

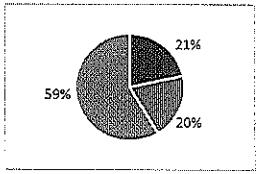
scuola primaria calcolo bromatologico menù

3a Settimana

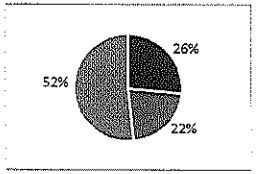
	lunedì				tot
Kcal	366,3	121,5	73	69,3	630,1
Proteine	13,2	9,9	0,9	1,05	25,05
Lipidi	9,2	8,5	7,1	0,45	25,25
Glucidi	57	2,4	1,6	16,4	75



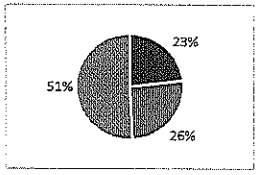
	martedì				tot
Kcal	354,2	117	102,6	69,3	643,1
Proteine	11,7	14,7	1,4	1,05	28,85
Lipidi	13	5,9	7,3	0,45	26,65
Glucidi	50,9	1,3	9,9	16,4	78,5



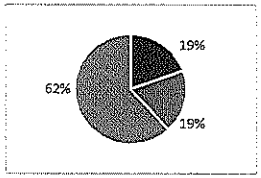
	mercoledì				tot
Kcal	210,6	167,7	117,1	69,3	564,7
Proteine	6,7	15,4	5,6	1,05	28,75
Lipidi	7,8	6,9	8,5	0,45	23,65
Glucidi	25,8	10,6	3,1	16,4	55,9



	giovedì				tot
Kcal	253,4	83,4	206	82,5	625,3
Proteine	16,3	2,7	3,9	4,8	27,7
Lipidi	12,3	7,1	6,9	4,9	31,2
Glucidi	20,5	2,8	32,1	5,4	60,8



	venerdì				tot
Kcal	340,4	145,3	73,8	69,3	628,8
Proteine	10,5	13	1,6	1,05	26,15
Lipidi	7,6	10,1	7	0,45	25,15
Glucidi	64,4	1,3	1,3	16,4	83,4

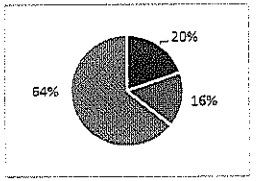


MEDIA SETTIMANALE 618,4

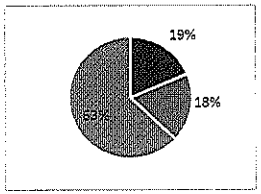
scuola materna calcolo bromatologico menù

4a Settimana

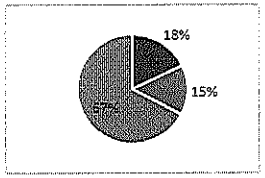
	lunedì				tot
Kcal	271	97,8	49	82,5	500,3
Proteine	7,6	12,1	0,4	0,5	20,6
Lipidi	5,9	5,4	5,1	0,2	16,6
Glucidi	50,2	0,1	3	14	67,3



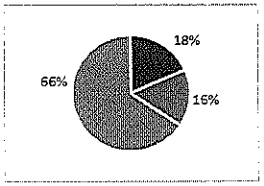
	martedì				tot
Kcal	382	65	55	69,3	571,3
Proteine	17,7	2,6	0,9	1,05	22,25
Lipidi	11	5,2	5,1	0,45	21,75
Glucidi	54,7	2,2	1,6	16,4	74,9



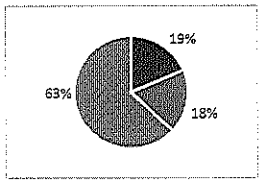
	mercoledì				tot
Kcal	233	129	168,8	69,3	600,1
Proteine	6	12,3	4,8	1,05	24,15
Lipidi	7,2	5,7	6,1	0,45	19,45
Glucidi	38,4	7,5	27,7	16,4	90



	giovedì				tot
Kcal	302	210,4	55	69,3	636,7
Proteine	9,27	11,9	0,9	1,05	23,12
Lipidi	6,9	7,4	5,1	0,45	19,85
Glucidi	55,13	25,4	1,6	16,4	82,13



	venerdì				tot
Kcal	276,3	112,5	63,4	69,3	521,5
Proteine	5,91	10,9	2,2	1,05	20,06
Lipidi	6,6	7,6	5	0,45	19,65
Glucidi	48,9	0,1	2,4	16,4	67,8

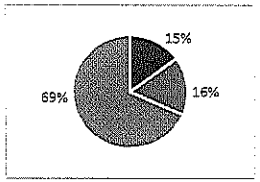


MEDIA SETTIMANALE 565,98

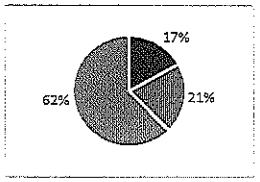
scuola primaria calcolo bromatologico menù

4a Settimana

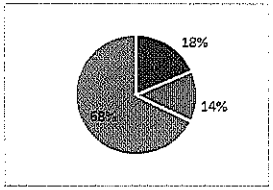
	lunedì				tot
Kcal	325	176,8	62,5	82,5	646,8
Proteine	8,6	10,4	0,6	0,5	20,1
Lipidi	7,9	8,8	5,1	0,2	22
Glucidi	58,4	15,4	3,8	14	91,6



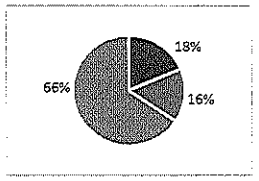
	martedì				tot
Kcal	476	93	73	69,3	711,3
Proteine	21,8	3,8	0,9	1,05	23,75
Lipidi	14	7,3	7,1	0,45	28,85
Glucidi	66	3,3	1,6	16,4	87,3



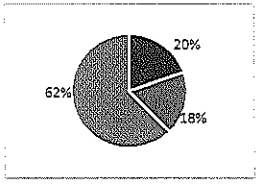
	mercoledì				tot
Kcal	261,6	138	224	69,3	692,9
Proteine	6,6	14,1	6,7	1,05	28,45
Lipidi	7,3	5,5	7,8	0,45	21,05
Glucidi	45	8,9	33,8	16,4	104,1



	giovedì				tot
Kcal	340,4	250,7	73	69,3	733,4
Proteine	10,5	15	0,9	1,05	27,45
Lipidi	7,6	8,2	7,1	0,45	23,35
Glucidi	64,4	30,9	1,6	16,4	96,9



	venerdì				tot
Kcal	312	125,9	92,8	69,3	600
Proteine	6,6	13,1	3,6	1,05	24,35
Lipidi	6,8	8,2	7	0,45	22,45
Glucidi	56,9	0,1	3,9	16,4	77,3



MEDIA SETTIMANALE 676,88