CAMST
LA RISTORAZIONE ITALIANA

Anno scolastico 2023-2024

MENU' PRIMAVERA-ESTATE

		LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1a Settimana	PRIMO	CREMA DI VERDURE CON CROSTINI	PASTA CON POMODORO E PISELLI	PIATTO UNICO LASAGNE AL RAGU'	RISOTTO ALLA PARMIGIANA	PASTA TONNO E POMODORO
	SECONDO	STRACCETTI DI POLLO DORATI AL MAIS	FRITTATA O UOVA SODE	ZUCCHINE TRIFOLATE	CUORI DI MERLUZZO AL VAPORE	CAPRESE
	CONTORNO	PURE' DI PATATE	CAROTE ALL'OLIO	POMODORI IN INSALATA	SPINACI ALL'OLIO	INSALATA E CAROTE
	DESSERT	YOGURT	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA
		LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
2aSettimana	PRIMO	PASTA AL PESTO	PIATTO UNICO GNOCCHI AL RAGU'	PASTA AL POMODORO E BASILICO	PASSATO DI VERDURE CON PASTINA	RISO ALLE ZUCCHINE
	SECONDO	COSCIA DI POLLO AL FORNO	FAGIOLINI ALL'OLIO	INSALATA DI CECI, CANELLINI E POMODORI	HAMBURGER DI MANZO	FIL. DI PLATESSA GRATINATA
	CONTORNO	POMODORI IN INSALATA	CAROTE PREZZEMOLATE	INSALATA MISTA DI STAGIONE	PATATE AL FORNO	CAPPUCCIO JULIENNE
	DESSERT	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	YOGURT	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA
		LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
3a Settimana	PRIMO	RISOTTO AL RAGU' DI POLLO	PASTA ALLA PARMIGIANA	VELLUTATA DI VERDURA CON CROSTINI	PIATTO UNICO PASTA PASTICCIATA	FOCACCIA ROSSA
	SECONDO	FRITTATA O UOVA SODE	SCALOPPINA DI TACCHINO AL LIMONE	BASTONCINI DI PESCE (PER INFANZIA CUORI DI MERLUZZO AL VAPORE)	FAGIOLINI ALL'OLIO	MOZZARELLA
	CONTORNO	ZUCCHINE AL VAPORE	INSALATA MISTA	CAROTE AL PREZZEMOLO	INSALATA VERDE	SPINACI ALL'OLIO
	DESSERT	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	YOGURT	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA
		LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
4a Settimana	PRIMO	PASTA CON CREMA DI ZUCCHINE E RICOTTA	PIATTO UNICO PIZZA MARGHERITA	CREMA DI CAROTE CON CROSTINI	PASTA AL POMODORO	RISO ALLA PARMIGIANA
	SECONDO	PROSCIUTTO COTTO	ZUCCHINE TRIFOLATE	PETTO DI POLLO ALLA SALVIA	FIL. PLATESSA AL LIMONE	POLPETTE DI LEGUMI
	CONTORNO	PURE' DI PATATE	INSALATA MISTA	SPINACI ALL'OLIO	CAROTE JULIENNE	INSALATA MISTA DI STAGIONE
	DESSERT	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	YOGURT	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 02/04/2019
RESPONSABILE DI LOCALE

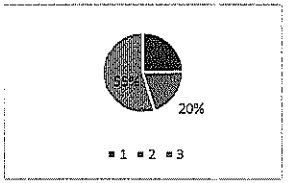
BIOLOGA NUTRIZIONISTA: DOTT.SSA BETTONTE ALICE

scuola materna calcolo bromatologico menù

1a Settimana

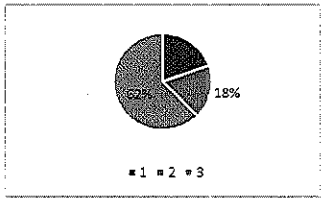
lunedì

					tot
Kcal	188,5	129	168,8	82,5	568,8
Proteine	6,2	12,3	4,8	4,8	28,1
Lipidi	7,5	5,7	5,1	4,9	23,2
Glucidi	21,5	7,5	27,7	5,4	62,1
					113,4



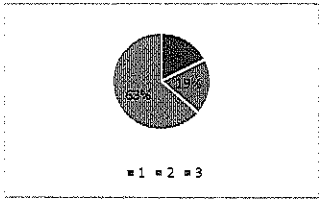
martedì

Kcal	298,21	129,7	73	69,3	570,21
Proteine	9,9	12	0,9	1,05	23,85
Lipidi	6,7	9,4	5,2	0,45	21,75
Glucidi	52,7	0,9	6,1	16,4	76,1



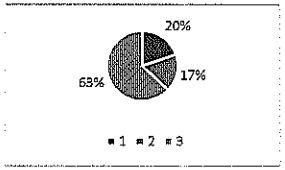
mercoledì

Kcal	382	55	50,1	69,3	556,4
Proteine	17,7	1,2	0,3	1,05	20,25
Lipidi	11	5,1	5	0,45	21,55
Glucidi	54,7	1,2	0,8	16,4	73,1



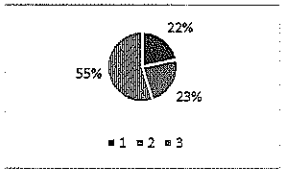
giovedì

Kcal	276,3	97,8	63,4	69,3	506,8
Proteine	5,91	12,1	2,2	1,05	21,26
Lipidi	6,6	6,4	5	0,45	18,45
Glucidi	48,9	0,1	2,4	16,4	67,8



venerdì

Kcal	305,2	171,6	55	69,3	601,1
Proteine	13,7	10,3	0,9	1,05	25,95
Lipidi	9,4	13,11	5,1	0,45	28,06
Glucidi	44,2	3,3	1,6	16,4	65,5



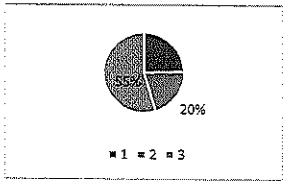
MEDIA SETTIMANALE 560,662

scuola primaria calcolo bromatologico menù

1a Settimana

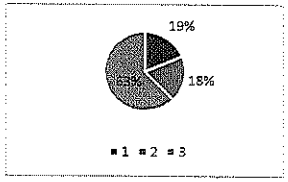
lunedì

					tot
Kcal	198,1	138	224	82,5	642,6
Proteine	6,7	14,1	6,7	4,8	32,3
Lipidi	7,5	5,5	7,8	4,9	25,7
Glucidi	22,8	8,9	33,8	5,4	37,1



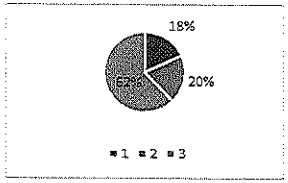
martedì

Kcal	356,48	145,3	102,6	69,3	673,68
Proteine	11,4	13	1,4	1,05	26,85
Lipidi	8,6	10,1	7,3	0,45	25,45
Glucidi	61,7	1,3	9,9	16,4	89,3



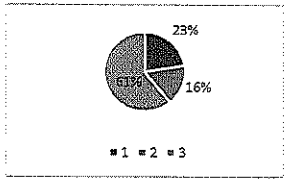
mercoledì

Kcal	476	78	53,5	69,3	676,8
Proteine	21,8	1,8	0,6	1,05	25,25
Lipidi	14	7,1	5,2	0,45	26,75
Glucidi	66	1,9	1,4	16,4	85,7



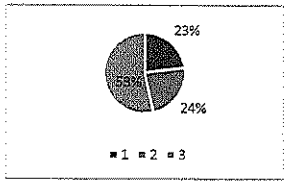
giovedì

Kcal	312	120,3	92,8	69,3	594,4
Proteine	6,6	17,3	3,6	1,05	28,55
Lipidi	6,8	6,6	7	0,45	20,85
Glucidi	56,9	0,1	3,9	16,4	77,3



venerdì

Kcal	360,3	199,3	73	69,3	701,9
Proteine	17,4	12,5	0,9	1,05	31,85
Lipidi	10,6	14,7	7,1	0,45	32,85
Glucidi	52	4,3	1,6	16,4	74,3

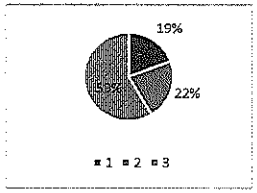


MEDIA SETTIMANALE 657,876

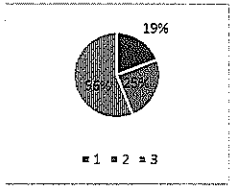
scuola materna calcolo bromatologico menù

2a Settimana

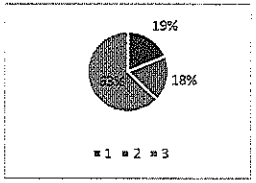
	lunedì				tot
Kcal	291,8	110,5	50,1	69,3	521,7
Proteine	10	8,9	0,3	1,05	20,25
Lipidi	9,8	7,8	5	0,45	23,05
Glucidi	43,6	0,2	0,8	16,4	61



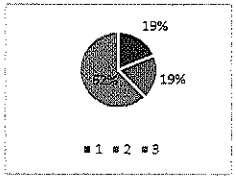
	martedì				tot
Kcal	256,7	60	73	82,5	472,2
Proteine	10,2	1,8	0,9	4,8	17,7
Lipidi	7,8	5,1	5,2	4,9	23
Glucidi	38,5	2	6,1	5,4	52



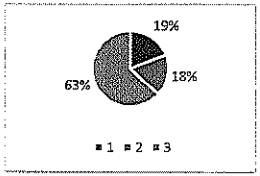
	mercoledì				
Kcal	302	169,1	55	82,5	608,6
Proteine	9,3	9,2	0,9	4,8	24,2
Lipidi	6,9	6,6	5,1	4,9	23,5
Glucidi	55,1	19,3	1,6	5,4	81,4



	giovedì				
Kcal	218,3	112,5	147	69,3	547,1
Proteine	6,8	10,9	2,5	1,05	21,25
Lipidi	7,5	7,6	6,2	0,45	21,75
Glucidi	32,9	0,1	21,6	16,4	71



	venerdì				
Kcal	308	126,8	52,6	69,3	556,7
Proteine	6,1	13,4	0,8	1,05	21,35
Lipidi	8,7	5,8	5	0,45	19,95
Glucidi	49,6	4	1	16,4	71

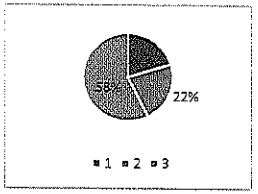


MEDIA SETTIMANALE 541,26 kcal

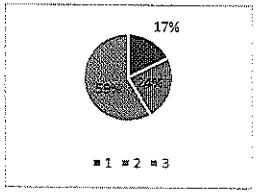
scuola primaria calcolo bromatologico menù

2a Settimana

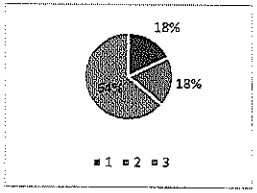
	lunedì				tot
Kcal	354,2	123,5	53,5	69,3	600,5
Proteine	11,7	10,8	0,6	1,05	24,15
Lipidi	13	8,2	5,2	0,45	26,85
Glucidi	50,9	0,2	1,4	16,4	68,9



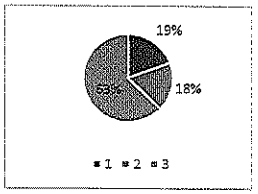
	martedì				tot
Kcal	304	83,4	102,6	82,5	572,5
Proteine	10,9	2,7	1,4	4,8	19,8
Lipidi	7,9	7,1	7,3	4,9	27,2
Glucidi	48,2	2,8	9,9	5,4	66,3



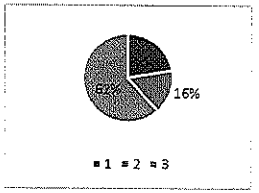
	mercoledì				
Kcal	340,4	169,1	73	82,5	665
Proteine	10,5	9,2	0,9	4,8	25,4
Lipidi	7,6	6,6	7,1	4,9	26,2
Glucidi	64,4	19,3	1,6	5,4	90,7



	giovedì				
Kcal	222	125,9	206	69,3	623,2
Proteine	7,3	13,1	3,9	1,05	25,35
Lipidi	7,9	8,2	6,9	0,45	23,45
Glucidi	34	0,1	32,1	16,4	82,6



	venerdì				
Kcal	344,3	154,1	54,5	69,3	622,2
Proteine	7,2	19,1	1,1	1,05	28,45
Lipidi	8,9	6,1	5	0,45	20,45
Glucidi	57	4	1,3	16,4	78,7

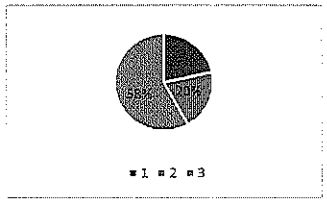


MEDIA SETTIMANALE 616,68 kcal

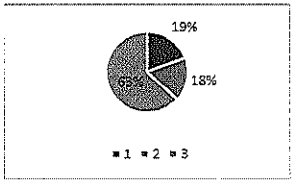
scuola materna calcolo bromatologico menù

3a Settimana

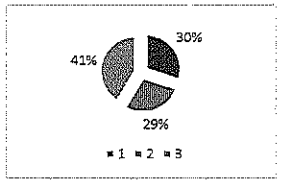
	lunedì				tot
Kcal	325	129,7	55	69,3	579
Proteine	11,1	12	1,2	1,05	25,35
Lipidi	8,7	9,4	5,1	0,45	23,65
Glucidi	49,6	0,9	1,2	16,4	68,1



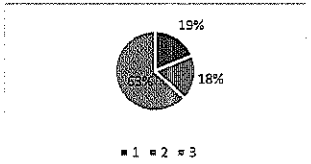
	martedì				tot
Kcal	271	119,4	55	69,3	514,7
Proteine	7,6	11,3	0,9	1,05	20,85
Lipidi	5,9	7,4	5,1	0,45	18,85
Glucidi	50,2	0,35	1,6	16,4	68,55



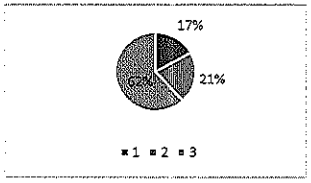
	mercoledì				tot
Kcal	188,5	97,8	73	82,5	441,8
Proteine	6,2	12,1	0,9	4,8	24
Lipidi	7,5	5,4	5,2	4,9	23
Glucidi	21,5	0,1	6,1	5,4	33,1



	giovedì				tot
Kcal	382	60	55	69,3	566,3
Proteine	17,7	2,3	0,9	1,05	21,95
Lipidi	11	5,1	5,1	0,45	21,65
Glucidi	54,7	2	1,6	16,4	74,7



	venerdì				tot
Kcal	321,5	97,2	63,4	69,3	551,4
Proteine	7,92	7,9	2,2	1,05	19,07
Lipidi	12	6,4	5	0,45	23,85
Glucidi	49,3	1,4	2,4	16,4	69,5

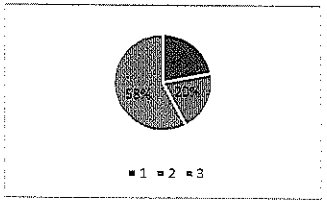


MEDIA SETTIMANALE 530,64 Kcal

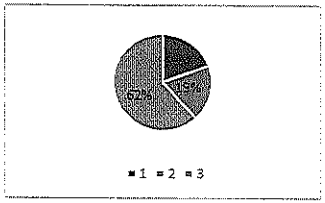
scuola primaria calcolo bromatologico menù

3a Settimana

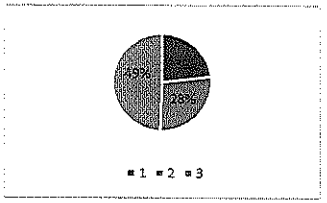
	lunedì				tot
Kcal	366,3	145,3	78	69,3	658,9
Proteine	13,2	13	1,8	1,05	29,05
Lipidi	9,2	10,1	7,1	0,45	26,85
Glucidi	57	1,3	1,9	16,4	76,6



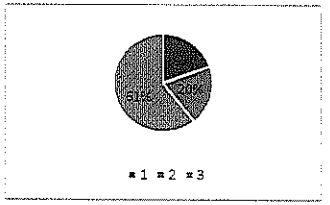
	martedì				tot
Kcal	325	132,9	73	69,3	600,2
Proteine	8,6	13,5	0,9	1,05	24,05
Lipidi	7,9	7,9	7,1	0,45	23,35
Glucidi	58,4	0,4	1,6	16,4	76,8



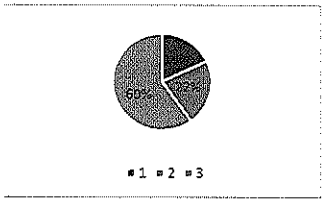
	mercoledì				tot
Kcal	210,6	176,8	53,5	82,5	523,4
Proteine	6,7	10,4	0,6	4,8	22,5
Lipidi	7,8	8,8	5,2	4,9	26,7
Glucidi	25,8	15,4	1,4	5,4	48



	giovedì				tot
Kcal	476	83,4	83,4	69,3	712,1
Proteine	21,8	2,7	2,7	1,05	28,25
Lipidi	14	7,1	7,1	0,45	28,65
Glucidi	66	2,8	2,8	16,4	88



	venerdì				tot
Kcal	321,5	121,5	63,4	69,3	575,7
Proteine	7,92	9,9	2,2	1,05	21,07
Lipidi	12	8,5	5	0,45	25,95
Glucidi	49,3	2,4	2,4	16,4	70,5

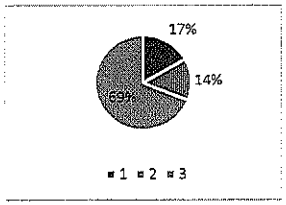


MEDIA SETTIMANALE 611,75 kcal

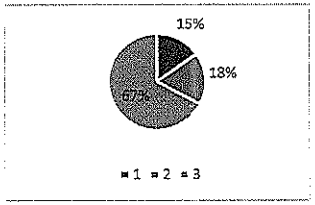
scuola materna calcolo bromatologico menù

4a Settimana

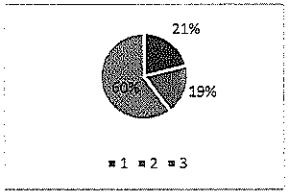
	lunedì				tot
Kcal	289,5	65	168,8	69,3	592,6
Proteine	11	5,9	4,8	1,05	22,75
Lipidi	8,3	4,4	6,1	0,45	19,25
Glucidi	49,6	0.3	27,7	16,4	93,7



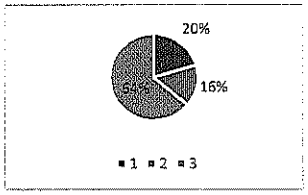
	martedì				tot
Kcal	396,4	55	55	69,3	575,7
Proteine	15,6	1,2	0,9	1,05	18,75
Lipidi	10,7	5,1	5,1	0,45	21,35
Glucidi	63,4	1,2	1,6	16,4	82,6



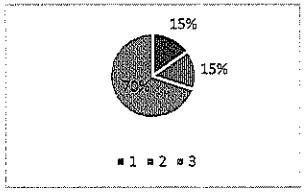
	mercoledì				tot
Kcal	233	106,9	63,4	82,5	485,8
Proteine	6	11,5	2,2	0,5	20,2
Lipidi	7,2	5,4	5	0,2	17,8
Glucidi	38,4	3	2,4	14	57,8



	giovedì				tot
Kcal	302	115,6	49	69,3	535,9
Proteine	9,27	13,3	0,4	1,05	24,02
Lipidi	6,9	5,8	5,1	0,45	18,25
Glucidi	55,13	0,6	3	16,4	75,13



	venerdì				tot
Kcal	276,3	210,4	55	69,3	611
Proteine	5,9	11,9	0,9	1,05	19,75
Lipidi	6,6	7,4	5,1	0,45	19,55
Glucidi	48,9	25,4	1.6	16,4	90,7

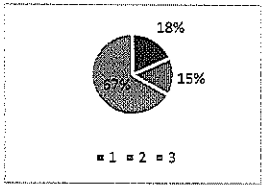


MEDIA SETTIMANALE 560,2

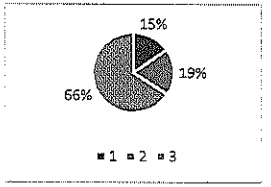
scuola primaria calcolo bromatologico menù

4a Settimana

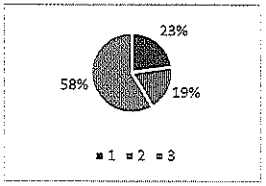
	lunedì				tot
Kcal	331,6	86	224	69,3	710,9
Proteine	12,6	7,9	6,7	1,05	28,25
Lipidi	9,1	5,8	7,8	0,45	23,15
Glucidi	52,7	0.4	33,8	16,4	102,9



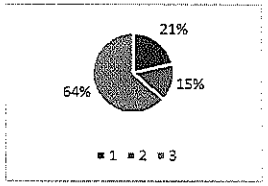
	martedì				tot
Kcal	440,3	78	73	69,3	660,6
Proteine	17,1	1,8	0,9	1,05	20,85
Lipidi	10,8	7,1	7,1	0,45	25,45
Glucidi	73,1	1.9	1.6	16,4	89,5



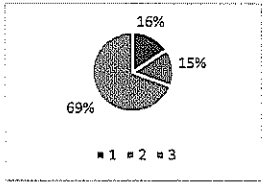
	mercoledì				tot
Kcal	261,6	120,9	92,8	82,5	557,8
Proteine	6,6	13,8	3,6	0,5	24,5
Lipidi	7,3	5,5	7	0,2	20
Glucidi	45	3,8	3,9	14	62,9



	giovedì				tot
Kcal	340,4	120,7	62,5	69,3	592,9
Proteine	10,5	14,8	0,6	1,05	26,95
Lipidi	7,6	6,1	5,1	0,45	19,25
Glucidi	64,4	0.7	33.8	16,4	80,8



	venerdì				tot
Kcal	312	250,7	73	69,3	705
Proteine	6,6	15	0,9	1,05	23,55
Lipidi	6,8	8,2	7,1	0,45	22,55
Glucidi	56,9	30,9	1.6	16,4	104,2



MEDIA SETTIMANALE 645,44