



MENU' PRIMAVERA ESTATE 2024/2025

Comune dell'Aquila

Scuola dell'Infanzia e Primaria



I° SETTIMANA	II° SETTIMANA	III° SETTIMANA	IV° SETTIMANA
LUNEDÌ Pasta al pomodoro e basilico Straccetti di tacchino ^b alla salvia Spinaci* all'olio Pane ^b Frutta di stagione ^b	LUNEDÌ Pasta al pomodoro Prosciutto cotto Insalata di fagiolini* Pane ^b Frutta di stagione ^b	LUNEDÌ Pasta con crema di zucchine Frittata ^b Bieta* all'olio Pane ^b Frutta di stagione ^b	LUNEDÌ Pasta in bianco olio e Parmigiano Reggiano Dop Filetto di platessa* gratinata Zucchine trifolate Pane ^b Frutta di stagione ^b
MARTEDÌ Risotto allo Zafferano Sformato di frittata con verdure (spinaci*) Carote all'olio Pane e Frutta di stagione ^b Budino	MARTEDÌ Pizza al pomodoro Fior di latte ^b Insalata mista con pomodorini Pane ^b Frutta di stagione ^b	MARTEDÌ Tagliatelle pomodoro e basilico Insalata con straccetti di pollo ^b , ceci e carote julienne Pane ^b Frutta di stagione ^b	MARTEDÌ Pasta al pomodoro Bocconcini di Pollo ^b panato Fagiolini* all'olio Pane ^b Frutta di stagione ^b
MERCOLEDÌ Passato di verdura** con legumi e pasta Merluzzo* gratinato al forno Fagiolini* Pane ^b Frutta di stagione ^b	MERCOLEDÌ Pasta con crema di zucchine Polpette di Maiale ^b Bieta* all'olio Pane ^b e Frutta di stagione ^b Dolce	MERCOLEDÌ Risotto primavera (piselli*, zucchine, cipolla, sedano e carote) Platessa* maritata Spinaci* all'olio Pane ^b e Frutta di stagione ^b	MERCOLEDÌ Gnocchi di patate al pomodoro Omelette alle carote, fior di latte e Parmigiano Reggiano Dop Spinaci* all'olio Pane ^b e Frutta di stagione ^b
GIOVEDÌ Insalata di lattuga, carote, finocchi e olive Timballo di pasta al forno Pane ^b Frutta di stagione ^b	GIOVEDÌ Riso al pomodoro Frittata ^b al forno Piselli * al tegame Pane ^b Frutta di stagione ^b	GIOVEDÌ Pasta al ragù di pesce* (merluzzo) Fior di latte ^b Insalata di pomodori Pane ^b e Frutta di stagione ^b Dolce	GIOVEDÌ Pizza al pomodoro Prosciutto cotto Insalata di fagioli con carote alla julienne Pane ^b Frutta di stagione ^b
VENERDÌ Pasta in bianco olio e Parmigiano Reggiano Dop Polpettine di vitello ^b con pomodoro e basilico Verdure in teglia (zucchine, melanzane, peperoni, patate e pomodorini) Pane ^b e Frutta di stagione ^b	VENERDÌ Passato di verdura** con pasta Polpette di pesce* (merluzzo) Patate al forno Pane ^b Frutta di stagione ^b	VENERDÌ Pasta al pomodoro Polpettine di vitello ^b in umido Fagiolini* all'olio Pane ^b Frutta di stagione ^b	VENERDÌ Insalata di riso alla mediterranea (pomodori, fior di latte, olive e basilico) Arrosto di maiale ^b al forno Bieta* all'agro Pane e Frutta di stagione ^b Budino

1. I prodotti contrassegnati dall'asterisco (*) sono surgelati all'origine.

2. I prodotti contrassegnati da 2 asterischi (**) potrebbero essere surgelati all'origine.

3. ^b : Prodotto Biologico

Elaborato in collaborazione con il S.I.A.N. – L'Aquila-Teramo-Chieti-Pescara -
Linee di indirizzo per la ristorazione scolastica della Regione Abruzzo - settembre 2022



Dieta Leggera Menù Estivo 2024/2025 Comune dell'Aquila Scuola dell'Infanzia e Primaria



I° SETTIMANA	II° SETTIMANA	III° SETTIMANA	IV° SETTIMANA
LUNEDÌ Pasta in bianco Carne ^b al vapore Verdura* Cotta Pane e Frutta di stagione ^b	LUNEDÌ Pasta in bianco Carne ^b al vapore Verdura* Cotta Pane e Frutta di stagione ^b	LUNEDÌ Pasta in bianco Pesce* al vapore Verdura* Cotta Pane e Frutta di stagione ^b	LUNEDÌ Pasta in bianco Pesce* al vapore Verdura* Cotta Pane e Frutta di stagione ^b
MARTEDÌ Riso in bianco Pesce* al vapore Carote all'olio Pane e Frutta di stagione ^b	MARTEDÌ Pasta in bianco Scaglie di Parmigiano Reggiano Dop Verdura cruda Pane e Frutta di stagione ^b	MARTEDÌ Pasta in bianco Straccetti di pollo ^b Verdura cruda Pane e Frutta di stagione ^b	MARTEDÌ Pasta in bianco Carne ^b al vapore Verdura* Cotta Pane e Frutta di stagione ^b
MERCOLEDÌ Pasta in bianco Pesce* al vapore Verdura* Cotta Pane e Frutta di stagione ^b	MERCOLEDÌ Pasta in bianco Carne ^b al vapore Verdura* Cotta Pane e Frutta di stagione	MERCOLEDÌ Riso in bianco Pesce* al vapore Verdura* Cotta Pane e Frutta di stagione ^b	MERCOLEDÌ Pasta in bianco Pesce* al vapore Carote all'olio Pane e Frutta di stagione ^b
GIOVEDÌ Pasta in bianco Scaglie di Parmigiano Reggiano Dop Verdura cruda Pane e Frutta di stagione ^b	GIOVEDÌ Riso in bianco Pesce* al vapore Verdura* Cotta Pane e Frutta di stagione ^b	GIOVEDÌ Pasta in bianco Scaglie di Parmigiano Reggiano Dop Verdura cruda Pane e Frutta di stagione ^b	GIOVEDÌ Pasta in bianco Scaglie di Parmigiano Reggiano Dop Verdura cruda Pane e Frutta di stagione ^b
VENERDÌ Pasta in bianco Carne ^b al vapore Patate all'olio Pane e Frutta di stagione ^b	VENERDÌ Pasta in bianco Pesce* al vapore Patate all'olio Pane e Frutta di stagione ^b	VENERDÌ Pasta in bianco Carne ^b al vapore Verdura* Cotta Pane e Frutta di stagione ^b	VENERDÌ Riso in bianco Carne ^b al vapore Verdura* Cotta Pane e Frutta di stagione ^b

1. I prodotti contrassegnati dall'asterisco (*) potrebbero essere surgelati all'origine.

2. ^b : Prodotto Biologico

3. Frutta di stagione libera, con preferenza per mela e banana, escludendo pera, prugna e kiwi. NO DOLCE

4. La Dieta leggera "Può essere somministrata per un giorno o comunque periodi molto brevi (2-3 giorni) senza certificato medico, mentre per periodi superiori, dopo accertamento medico, occorre seguire l'iter delle diete speciali."

Elaborato in collaborazione con il S.I.A.N. – L'Aquila-Teramo-Chieti-Pescara -
Linee di indirizzo per la ristorazione scolastica della Regione Abruzzo - settembre 2022



MENÙ PRIMAVERA-ESTATE 1° SETTIMANA

LUNEDÌ

ALLERGENI

PASTA AL POMODORO E BASILICO	PASTA DI SEMOLA, POMODORI PELATI, BASILICO, CIPOLLA, OLIO EVO DOP BIO, PARMIGIANO REGGIANO DOP BIO 24 MESI, SALE IODATO	 
STRACCETTI DI TACCHINO ALLA SALVIA	TACCHINO FESA BIO, FARINA BIO "0", SALVIA, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
SPINACI ALL'OLIO	SPINACI SURGELATI, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

MARTEDÌ

RISOTTO ALLO ZAFFERANO	RISO BIO, ZAFFERANO, CIPOLLA, PARMIGIANO REGGIANO DOP BIO 24 MESI, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
SFOMATO DI FRITTATA CON VERDURE	UOVO PASTORIZZATO BIO, LATTE BIO, MOZZARELLA BIO, SPINACI SURGELATI, FARINA "0" BIO, OLIO EVO DOP BIO, PARMIGIANO REGGIANO DOP BIO 24 MESI, SALE IODATO	  
CAROTE ALL'OLIO	CAROTE BIO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
BUDINO	BUDINO DESSERT AL CIOCCOLATO O VANIGLIA	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

MERCOLEDÌ

PASSATO DI VERDURA CON LEGUMI E PASTA	PASTA DI SEMOLA, VERDURE MISTE FRESCHE E SURGELATE, FAGIOLI, SEDANO, CAROTA BIO, CIPOLLA, OLIO EVO DOP BIO, ROSMARINO, SALE IODATO	 
MERLUZZO GRATINATO	FILETTO DI MERLUZZO MSC, PANGRATTATO BIO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO, FARINA DI MAIS, PREZZEMOLO	 
FAGIOLINI ALL'OLIO	FAGIOLINI SURGELATI, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

GIOVEDÌ

INSALATA DI LATTUGA, CAROTE, FINOCCHI E OLIVE	LATTUGA BIO, CAROTE BIO, FINOCCHI BIO, OLIVE, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
TIMBALLO DI PASTA AL FORNO	PASTA DI SEMOLA, POMODORI PELATI, VITELLO BIO, MOZZARELLA BIO, PARMIGIANO REGGIANO DOP BIO 24 MESI, UOVO PASTORIZZATO BIO, FARINA "0" BIO, LATTE BIO, SEDANO, CAROTA BIO, CIPOLLA, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	   
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

VENERDÌ

PASTA IN BIANCO	PASTA DI SEMOLA, PARMIGIANO REGGIANO DOP BIO 24 MESI, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	 
POLPETTINE DI VITELLO POMODORO E BASILICO	VITELLO BIO, UOVO PASTORIZZATO BIO, LATTE BIO, PANGRATTATO BIO, PANE BIO, POMODORI PELATI, BASILICO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	  
VERDURE IN TEGLIA	ZUCCHINE, MELANZANE, PATATE BIO, PEPPERONI, POMODORINI, ORIGANO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	



MENÙ DIETETICO 1° SETTIMANA

LUNEDÌ

ALLERGENI

PASTA IN BIANCO	PASTA DI SEMOLA, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
CARNE AL VAPORE	CARNE BIO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
VERDURA COTTA	VERDURA COTTA SURGELATA OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

MARTEDÌ

RISO IN BIANCO	RISO BIO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PESCE AL VAPORE	PESCE MSC, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
CAROTE ALL'OLIO	CAROTE BIO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

MERCOLEDÌ

PASTA IN BIANCO	PASTA DI SEMOLA, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PESCE AL VAPORE	PESCE MSC, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
VERDURA COTTA	VERDURA COTTA SURGELATA OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

GIOVEDÌ

PASTA IN BIANCO	PASTA DI SEMOLA, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
SCAGLIE DI PARMIGIANO	PARMIGIANO REGGIANO DOP BIO 24 MESI	
VERDURA CRUDA	LATTUGA BIO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

VENERDÌ

PASTA IN BIANCO	PASTA DI SEMOLA, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
CARNE AL VAPORE	CARNE BIO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PATATE ALL'OLIO	PATATE BIO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

1. Frutta di stagione libera, con preferenza per mela e banana, escludendo pera, prugna e kiwi. NO DOLCE

2. La Dieta leggera "Può essere somministrata per un giorno o comunque periodi molto brevi (2-3 giorni) senza certificato medico, mentre per periodi superiori, dopo accertamento medico, occorre seguire l'iter delle diete speciali."



MENÙ PRIMAVERA-ESTATE 2° SETTIMANA

LUNEDÌ

ALLERGENI

PASTA AL POMODORO	PASTA DI SEMOLA, FARINA "0" BIO, ACQUA, SALE IODATO, OLIO EVO DOP BIO, PARMIGIANO REGGIANO DOP BIO 24 MESI, SALE IODATO	 
PROSCIUTTO COTTO	PROSCIUTTO COTTO A.Q.	
INSALATA DI FAGIOLINI	FAGIOLINI SURGELATI, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

MARTEDÌ

PIZZA AL POMODORO	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, POMODORO, OLIO DI OLIVA, SALE IODATO	
FIOR DI LATTE	MOZZARELLA VACCINA	
INSALATA MISTA CON POMODORINI	LATTUGA BIO, RADICCHIO, POMODORINI, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

MERCOLEDÌ

PASTA CON CREMA DI ZUCCHINE	PASTA DI SEMOLA, ZUCCHINE, SEDANO, CAROTA BIO, CIPOLLA, FARINA "0" BIO, OLIO EVO DOP BIO, PARMIGIANO REGGIANO DOP BIO 24 MESI, SALE IODATO	  
POLPETTE DI MAIALE	MAIALE BIO, UOVO PASTORIZZATO BIO, LATTE BIO, PANGRATTATO BIO, PANE BIO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO, PREZZEMOLO	  
BIETA ALL'OLIO	BIETA SURGELATA, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
DOLCE	FARINA "00", ACQUA, UOVA, LIMONE, ZUCCHERO, OLIO DI SEMI DI GIRASOLE, LIEVITO	 
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

GIOVEDÌ

RISO AL POMODORO	RISO BIO, POMODORI PELATI, OLIO EVO DOP BIO, PARMIGIANO REGGIANO DOP BIO 24 MESI, CIPOLLA, SALE IODATO	
FRITTATA AL FORNO	UOVO PASTORIZZATO BIO, LATTE BIO, PARMIGIANO REGGIANO DOP BIO 24 MESI, SALE IODATO	 
PISELLI AL TEGAME	PISELLI SURGELATI, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO, CIPOLLA	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

VENERDÌ

PASSATO DI VERDURA CON PASTA	PASTA DI SEMOLA, VERDURE MISTE FRESCHE E SURGELATE, PARMIGIANO REGGIANO DOP BIO 24 MESI, SEDANO, CAROTA BIO, CIPOLLA, OLIO EVO DOP BIO, ROSMARINO, SALE IODATO	  
POLPETTE DI PESCE	FILETTO DI MERLUZZO MSC, UOVO PASTORIZZATO BIO, PATATE BIO, PANGRATTATO BIO, OLIO EVO DOP BIO, PREZZEMOLO, SALE IODATO	  
PATATE AL FORNO	PATATE BIO, OLIO EVO DOP BIO, ROSMARINO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	



MENÙ DIETETICO 2° SETTIMANA

LUNEDÌ

ALLERGENI

PASTA IN BIANCO	PASTA DI SEMOLA, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
CARNE AL VAPORE	CARNE BIO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
VERDURA COTTA	VERDURA COTTA SURGELATA OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

MARTEDÌ

PASTA IN BIANCO	PASTA DI SEMOLA, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
SCAGLIE DI PARMIGIANO	PARMIGIANO REGGIANO DOP BIO 24 MESI	
VERDURA CRUDA	LATTUGA BIO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

MERCOLEDÌ

PASTA IN BIANCO	PASTA DI SEMOLA, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
CARNE AL VAPORE	CARNE BIO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
VERDURA COTTA	VERDURA COTTA SURGELATA OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

GIOVEDÌ

RISO IN BIANCO	RISO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PESCE AL VAPORE	PESCE MSC, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
VERDURA COTTA	VERDURA COTTA SURGELATA OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

VENERDÌ

PASTA IN BIANCO	PASTA DI SEMOLA, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PESCE AL VAPORE	PESCE MSC, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PATATE ALL'OLIO	PATATE BIO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

1. Frutta di stagione libera, con preferenza per mela e banana, escludendo pera, prugna e kiwi. NO DOLCE

2. La Dieta leggera "Può essere somministrata per un giorno o comunque periodi molto brevi (2-3 giorni) senza certificato medico, mentre per periodi superiori, dopo accertamento medico, occorre seguire l'iter delle diete speciali."



MENÙ PRIMAVERA-ESTATE 3° SETTIMANA

LUNEDÌ

ALLERGENI

PASTA CON CREMA DI ZUCCHINE	PASTA DI SEMOLA, ZUCCHINE, SEDANO, CAROTA BIO, CIPOLLA, FARINA "0" BIO, OLIO EVO DOP BIO, PARMIGIANO REGGIANO DOP BIO 24 MESI, SALE IODATO	  
FRITTATA AL FORNO	UOVO PASTORIZZATO BIO, LATTE BIO, PARMIGIANO REGGIANO DOP BIO 24 MESI, SALE IODATO	 
BIETA ALL'OLIO	BIETA SURGELATA, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

MARTEDÌ

TAGLIATELLE AL POMODORO E BASILICO	PASTA ALL'UOVO, POMODORI PELATI, BASILICO, OLIO EVO DOP BIO, PARMIGIANO REGGIANO DOP BIO 24 MESI, CIPOLLA, SALE IODATO	  
INSALATA DI STRACCETTI DI POLLO, CECI E CAROTE JULIENNE	PETTO DI POLLO BIO, CECI, CAROTE BIO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

MERCOLEDÌ

RISOTTO PRIMAVERA	RISO BIO, PISELLI SURGELATI, ZUCCHINE, CIPOLLA, SEDANO, CAROTE BIO, OLIO EVO DOP BIO, PARMIGIANO REGGIANO DOP BIO 24 MESI, SALE IODATO	 
PLATESSA MARITATA	FILETTO DI PLATESSA MSC, PANE BIO, PARMIGIANO REGGIANO DOP BIO 24 MESI, UOVO PASTORIZZATO BIO, FARINA "0" BIO, PREZZEMOLO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	   
SPINACI ALL'OLIO	SPINACI SURGELATI, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

GIOVEDÌ

PASTA AL RAGÙ DI PESCE	PASTA DI SEMOLA, FILETTO DI MERLUZZO MSC, POMODORI PELATI, AGLIO, PREZZEMOLO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	 
FIOR DI LATTE	MOZZARELLA VACCINA	
INSALATA DI POMODORI	POMODORI, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
DOLCE	FARINA "00", ACQUA, UOVA, LIMONE, ZUCCHERO, OLIO DI SEMI DI GIRASOLE, LIEVITO	 
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

VENERDÌ

PASTA AL POMODORO	PASTA DI SEMOLA, POMODORI PELATI, OLIO EVO DOP BIO, PARMIGIANO REGGIANO DOP BIO 24 MESI, CIPOLLA, SALE IODATO	 
POLPETTINE DI VITELLO IN UMIDO	VITELLO BIO, UOVO PASTORIZZATO BIO, LATTE BIO, PANGRATTATO BIO, PANE BIO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	  
FAGIOLINI ALL'OLIO	FAGIOLINI SURGELATI, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	



MENÙ DIETETICO 3° SETTIMANA

LUNEDÌ

ALLERGENI

PASTA IN BIANCO	PASTA DI SEMOLA, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PESCE AL VAPORE	PESCE MSC, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
VERDURA COTTA	VERDURA COTTA SURGELATA, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

MARTEDÌ

PASTA IN BIANCO	PASTA DI SEMOLA, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
STRACCETTI DI POLLO	PETTO DI POLLO BIO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
VERDURA CRUDA	LATTUGA BIO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

MERCOLEDÌ

RISO IN BIANCO	RISO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PESCE AL VAPORE	PESCE MSC, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
VERDURA COTTA	VERDURA COTTA SURGELATA, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

GIOVEDÌ

PASTA IN BIANCO	PASTA DI SEMOLA, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
SCAGLIE DI PARMIGIANO	PARMIGIANO REGGIANO DOP BIO 24 MESI	
VERDURA CRUDA	LATTUGA BIO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

VENERDÌ

PASTA IN BIANCO	PASTA DI SEMOLA, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
CARNE AL VAPORE	CARNE BIO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
VERDURA COTTA	VERDURA COTTA SURGELATA, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

1. Frutta di stagione libera, con preferenza per mela e banana, escludendo pera, prugna e kiwi. NO DOLCE

2. La Dieta leggera "Può essere somministrata per un giorno o comunque periodi molto brevi (2-3 giorni) senza certificato medico, mentre per periodi superiori, dopo accertamento medico, occorre seguire l'iter delle diete speciali."



MENÙ PRIMAVERA-ESTATE 4° SETTIMANA

LUNEDÌ

ALLERGENI

PASTA IN BIANCO	PASTA DI SEMOLA, PARMIGIANO REGGIANO DOP BIO 24 MESI, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	 
PLATESSA GRATINATA	FILETTO DI PLATESSA MSC, PANGRATTATO BIO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO, FARINA DI MAIS, PREZZEMOLO	 
ZUCCHINE TRIFOLATE	ZUCCHINE, AGLIO, PREZZEMOLO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

MARTEDÌ

PASTA AL POMODORO	PASTA DI SEMOLA, POMODORI PELATI, OLIO EVO DOP BIO, PARMIGIANO REGGIANO DOP BIO 24 MESI, SALE IODATO	 
BOCCONCINI DI POLLO PANATO	PETTO DI POLLO BIO, PANGRATTATO BIO, LATTE BIO, FARINA DI MAIS, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	 
FAGIOLINI ALL'OLIO	FAGIOLINI SURGELATI, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

MERCOLEDÌ

GNOCCHI AL POMODORO	GNOCCHI DI PATATE, POMODORI PELATI, OLIO EVO DOP BIO, PARMIGIANO REGGIANO DOP BIO 24 MESI, CIPOLLA, SALE IODATO	  
OMELETTE ALLE CAROTE	UOVO PASTORIZZATO BIO, CAROTE BIO, LATTE BIO, MOZZARELLA BIO, FARINA "0" BIO, OLIO EVO DOP BIO, PARMIGIANO REGGIANO DOP BIO 24 MESI, SALE IODATO	  
SPINACI ALL'OLIO	SPINACI SURGELATI, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

GIOVEDÌ

PIZZA AL POMODORO	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, POMODORO, OLIO DI OLIVA, SALE IODATO	
PROSCIUTTO COTTO	PROSCIUTTO COTTO A.Q.	
INSALATA DI FAGIOLI CON CAROTE ALLA JULIENNE	FAGIOLI, CAROTE BIO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

VENERDÌ

INSALATA DI RISO ALLA MEDITERRANEA	RISO BIO, POMODORI, MOZZARELLA VACCINA, OLIVE, BASILICO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
ARROSTO DI MAIALE	LOMBO DI MAIALE BIO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO, ROSMARINO, FARINA BIO "0"	
BIETA ALL'AGRO	BIETA SURGELATA, LIMONE BIO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO, CIPOLLA	
BUDINO	BUDINO DESSERT AL CIOCCOLATO O VANIGLIA	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

Elaborato dal S.I.A.N. - L'Aquila-Teramo-Chieti-Pescara

Linee di indirizzo per la ristorazione scolastica della Regione Abruzzo - pag 7



MENÙ DIETETICO 4° SETTIMANA

LUNEDÌ

ALLERGENI

PASTA IN BIANCO	PASTA DI SEMOLA, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PESCE AL VAPORE	PESCE MSC, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
VERDURA COTTA	VERDURA COTTA SURGELATA, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

MARTEDÌ

PASTA IN BIANCO	PASTA DI SEMOLA, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
CARNE AL VAPORE	CARNE BIO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
VERDURA CRUDA	CAROTE BIO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

MERCOLEDÌ

PASTA IN BIANCO	PASTA DI SEMOLA, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PESCE AL VAPORE	PESCE MSC, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
CAROTE ALL'OLIO	CAROTE BIO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

GIOVEDÌ

PASTA IN BIANCO	PASTA DI SEMOLA, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
SCAGLIE DI PARMIGIANO	PARMIGIANO REGGIANO DOP BIO 24 MESI	
VERDURA CRUDA	LATTUGA BIO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

VENERDÌ

RISO IN BIANCO	RISO BIO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
CARNE AL VAPORE	CARNE BIO, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
VERDURA COTTA	VERDURA COTTA SURGELATA, OLIO EVO DOP BIO, SALE IODATO	
PANE	FARINA "0" BIO, ACQUA, LIEVITO NATURALE, SALE IODATO	
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE BIOLOGICA	

1. Frutta di stagione libera, con preferenza per mela e banana, escludendo pera, prugna e kiwi. NO DOLCE

2. La Dieta leggera "Può essere somministrata per un giorno o comunque periodi molto brevi (2-3 giorni) senza certificato medico, mentre per periodi superiori, dopo accertamento medico, occorre seguire l'iter delle diete speciali."

LEGENDA ALLERGENI PRESENTI NEL MENÙ PRIMAVERA-ESTATE SCUOLE L'AQUILA

ESTRATTO DEL REGOLAMENTO (UE) 1169/2011 RELATIVO ALLA FORNITURA DI INFORMAZIONI SUGLI ALIMENTI AI CONSUMATORI

	CEREALI CONTENENTI GLUTINE , CIOÈ: GRANO, SEGALE, ORZO, AVENA, FARRO, KAMUT O I LORO CEPPI IBRIDATI E PRODOTTI DERIVATI.
	LATTE E PRODOTTI A BASE DI LATTE (INCLUSO LATTOSIO).
	UOVA E PRODOTTI A BASE DI UOVA.
	SEDANO E PRODOTTI A BASE DI SEDANO.
	PESCE E PRODOTTI A BASE DI PESCE.

