

Comune di Lucca

Menù Invernale a.a. 2019-2020 (Novembre-Aprile)

Scuola dell'Infanzia (SI), Scuola Primaria (SP), Scuola Secondaria I° Grado (SSI°)

I SETTIMANA

Lunedì	SI	SP	SSI°	Martedì	SI	SP	SSI°	Mercoledì	SI	SP	SSI°	Giovedì	SI	SP	SSI°	Venerdì	SI	SP	SSI°
Pasta all'olio extravergine				Minestra di ceci con Orzo				Riso al pesto di broccoli				Lasagne al pesto				Pasta al burro			
Pasta	gr50	gr70	gr80	Orzo	gr30	gr30	gr40	Riso parboliled	gr50	gr70	gr80	lasagne all'uo	gr40	gr50	gr50	Pasta	gr50	gr70	gr80
Olio extrav.	gr5	gr5	gr7	ceci secchi	gr20	gr30	gr40	broccoli	gr50	gr50	gr50	pesto	gr10	gr15	gr20	Latte intero	gr2	gr2	gr2
parmigiano	gr5	gr5	gr5	pomodoro pelati	gr60	gr60	gr60	latte	gr10	gr10	gr10	Latte intero	gr5	gr5	gr5	olio evo	gr5	gr5	gr5
				salvia,rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.	burro	gr5	gr5	gr5	farina	gr10	gr10	gr10	burro	gr3	gr3	gr3
Bastoncini di pesce al forno				aglio	q.b.	q.b.	q.b.	olio extravergine				burro	gr2	gr2	gr2	parmigiano	gr5	gr5	gr5
bastoncini di	N°2	N°3	N°4	patate,carote,ci	gr50	gr50	gr50	di oliva	gr5	gr5	gr7	parmigiano	gr5	gr5	gr5	Crocchette di verdura			
merluzzo panati	gr60	gr90	gr120	cipolle	q.b.	q.b.	q.b.					noce moscata	q.b.	q.b.	q.b.	surgelate	gr80	gr80	gr80
				olio extravergine								olio evo	gr5	gr5	gr5				
Fagioli cannellini				di oliva	gr5	gr5	gr7	Prosciutto cotto	gr30	gr40	gr60	Scaglie di gran	gr40	gr50	gr60	Carote e finocchi			
Cannellini	gr30	gr40	gr50	Parmigiano	gr5	gr5	gr5	Verdure al forno								carote	gr25	gr25	gr25
olio evo.	gr5	gr5	gr7	Insalata iceber	gr40	gr40	g40	patate	gr30	gr30	gr30	Fagiolini	gr70	gr70	gr70	finocchi	gr25	gr25	gr25
				olio evo	5	5	7	carote	gr30	gr30	gr30	fagiolini al vapore				succo di limon	q.b.	q.b.	q.b.
				Coscie di pollo al forno				zucca	gr30	gr30	gr30	olio extravergine				Pane	gr40	gr50	gr60
Pane	gr40	gr50	gr60	fusi di pollo	gr50	gr60	gr80	finocchi	gr30	gr30	gr30	di oliva	gr5	gr5	gr7				
Frutta	gr150	gr150	gr150	netto	gr50	gr60	gr80	olio evo	gr5	gr5	gr7								
				limone	q.b.	q.b.	q.b.					Pane	gr40	gr50	gr60				
				Pane	gr40	gr50	gr60					Frutta	gr150	gr150	gr150				
				Frutta	gr150	gr150	gr150	Pane	gr40	gr50	gr60								
								Frutta	gr150	gr150	gr150					Frutta	gr150	gr150	gr150
								* sedano, carota, cipolla, acqua											
Kcal 619,00	SI			Kcal 473,81	SI			Kcal 579,88	SI			Kcal 689,96	SI			Kcal 605,38	SI		
Kcal783,43	SP			Kcal 612,27	SP			Kcal 688,28	SP			Kcal 831,24	SP			Kcal 699,59	SP		
Kcal 912,57	SSI°			Kcal 726,11	SSI°			Kcal 794,71	ssi°			Kcal 901,86	SSI°			Kcal 794,48	SSI°		

Comune di Lucca
Menù Invernale a.a. 2019-2020 (Novembre-Aprile)
II SETTIMANA

Scuola dell'Infanzia (SI), Scuola Primaria (SP), Scuola Secondaria I° Grado(SSI°)

Lunedì	SI	SP	SSI°	martedì	SI	SP	SSI°	mercoledì	SI	SP	SSI°	giovedì	SI	SP	SSI°	venerdì	SI	SP	SSI°
Riso allo zafferano				Lasagne al pomodoro				Passato di verdura con Miglio				Gnocchi al pomodoro				Riso all'olio extravergine			
Riso parbolite	gr50	gr70	gr80	Lasagne all'uovo	gr50	gr70	gr80	Miglio decorticato	gr30	gr30	gr40	Gnocchi	gr120	gr160	gr200	Riso parbolite	gr50	gr70	gr80
Zafferano	q.b.	q.b.	q.b.	pomodori pelati	gr60	gr60	gr60	verdure gelo per minestrone	gr90	gr90	gr90	pomodori pelati	gr60	gr60	gr60	Olio extravergine			
brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	olio extravergine	gr5	gr5	gr7	Carote zucchini, cavolo, patate)				odori	q.b.	q.b.	q.b.	d'oliva	gr5	gr5	gr7
latte int.	gr5	gr5	gr5	Parmigiano	gr5	gr5	gr5	Pomodori pelati	gr30	gr30	gr30	Basilico	q.b.	q.b.	q.b.	parmigiano	gr5	gr5	gr5
olio e.v.o.	gr3	gr3	gr3	Latte intero	gr5	gr5	gr5	Olio extrav. a crudo	gr5	gr5	gr7	Olio extravergine				Bocconcini di merluzzo			
Burro	gr2	gr2	gr2	farina	gr10	gr10	gr10	Parmigiano	gr5	gr5	gr5	d'oliva	gr5	gr5	gr7	agli agrumi			
parmigiano	gr5	gr5	gr5	burro	gr2	gr2	gr2	salvia,rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.	parmigiano	gr5	gr5	gr5	merluzzo	gr70	gr100	gr120
Omelette al prosciutto				parmigiano	gr5	gr5	gr5	Bocconcini di Tacchino all'arancia				Bresaola	gr30	gr40	gr60	Farina 00	gr5	gr5	gr5
Uova pastorizzate	1xper gr53	1xper gr53	1,5xp gr80	noce moscata	q.b.	q.b.	q.b.	fesa di tacchino	gr50	gr60	gr80	Misto bicolore				erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
prosciutto cotto	gr20	gr20	gr30	sale, basilico	q.b.	q.b.	q.b.	Farina 00	gr5	gr5	gr5	al vapore				brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
latte intero	gr5	gr5	gr5	Robiola	gr40	gr50	gr60	erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	Fagiolini	gr25	gr25	gr25	olio E.V.O	gr5	gr5	gr7
parmigiano	gr5	gr5	gr5	Cavolo cappuccio	gr80	gr80	gr80	brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	Carote	gr50	gr50	gr50	succo d'arancia	q.b.	q.b.	q.b.
noce moscata	q.b.	q.b.	q.b.	succo di limone	q.b.	q.b.	q.b.	olio E.V.O	gr5	gr5	gr7				succo di limone	q.b.	q.b.	q.b.	
olio evo	gr5	gr5	gr5	Olio extravergine	gr5	gr5	gr7	succo d'arancia	q.b.	q.b.	q.b.	Olio extravergine	gr5	gr5	gr7	Pisellini	gr40	gr60	gr80
Bietole al vapore				Pane	gr40	gr50	gr60	succo di limone	q.b.	q.b.	q.b.				Olio extravergine				
bietole	gr80	gr80	gr80	Frutta	gr150	gr150	gr150	Carote al vapore	gr50	gr50	gr50				d'oliva	gr5	gr5	gr7	
Olio extravergine	gr5	gr5	gr7					olio evo	gr5	gr5	gr7	Pane	gr40	gr50	gr60	cipolla	q.b.	q.b.	q.b.
Pane	gr40	gr50	gr60					succo di limone	q.b.	q.b.	q.b.	Frutta	gr150	gr150	gr150	salvia e rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.
Frutta	gr150	gr150	gr150					Pane	gr40	gr50	gr60				Pane	gr40	gr50	gr60	
								Frutta di stagione	gr150	gr150	gr150				Dessert	gr50	gr50	gr50	
Kcal 595,67	SI			Kcal 548.19	SI			Kcal 613,10	SI			Kcal 549.71	SI			Kcal 587,45	SI		
Kcal 796,78	SP			Kcal 738.86	SP			Kcal 652.81	SP			Kcal 647.22	SP			Kcal 714,13	SP		
Kcal 978,95	SSI°			Kcal 820,58	SSI°			Kcal 757.31	SSI°			Kcal 759.86	SSI°			Kcal 844,6	SSI°		

Comune di Lucca
Menù Invernale a.a. 2019-2020 (Novembre-Aprile)
Scuola dell'Infanzia (SI), Scuola Primaria (SP), Scuola Secondaria I° Grado(SSI°)

III SETTIMANA

Lunedì	SI	SP	SSI°	Martedì	SI	SP	SSI°	Mercoledì	SI	SP	SSI°	Giovedì	SI	SP	SSI°	Venerdì	SI	SP	SSI°
Vellutata di verdure con fiocchi d'avena				Riso all'olio extravergine				Pasta al pomodoro				Tortelli di carne				Pasta integrale al tonno			
Fiocchi d'avena	gr20	gr30	gr30	Riso parboile	gr50	gr70	gr80	Pasta	gr50	gr70	gr80	al ragù				Pasta integrale	gr50	gr70	gr80
Fagioli cannellini/				Olio extraverg	gr5	gr5	gr7	pomodori pel	gr60	gr60	gr60	Tortelli	gr80	gr100	gr120	tomodori pelati	gr60	gr60	gr60
borlotti,zucca,piselli, cavolfiore				parmigiano	gr5	gr5	gr5	basilico	q.b.	q.b.	q.b.	carne di manzo				tonno all'olio	gr20	gr30	gr40
cavolo verza, spinaci, pelati				Hamburger di manzo				Olio extraverg	gr5	gr5	gr7	e di maiale	gr20	gr20	gr30	erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
zucchine, carote, sedano				manzo magrc	gr50	gr60	gr70	parmigiano	gr5	gr5	gr5	tomodori pel	gr60	gr60	gr60	prezzemolo, cip	q.b.	q.b.	q.b.
cavolo fiore	gr150	gr150	gr150	parmigiano	gr5	gr5	gr5					Olio extravergine				Tortino di ceci e patate			
patate	gr100	gr100	gr100	Latte p.s.	gr4	gr4	gr4	Filetti di platessa alla mugnaia				d'oliva	gr5	gr5	gr7	Patate	gr30	gr40	gr50
tomodori pelati	gr30	gr30	gr30	pane	gr10	gr10	gr10	Platessa	gr70	gr100	gr120	burro	gr20	gr20	gr25	ceci secchi	gr30	gr40	gr50
erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	uova pastoriz	1x10p	1x10p	1x10p	farina 00	gr5	gr5	gr5	parmigiano	gr5	gr5	gr5	Latte intero	gr10	gr10	gr10
olio extra vergine	gr5	gr5	gr7	noce moscata	q.b.	q.b.	q.b.	succo di limon	q.b.	q.b.	q.b.	odori	q.b.	q.b.	q.b.	uova	gr5	gr5	gr5
parmigiano	gr5	gr5	gr5	salvia, rosma	q.b.	q.b.	q.b.	olio evo	gr5	gr5	gr7	Noce moscat	q.b.	q.b.	q.b.	Olio extravergir	gr5	gr5	gr5
Cotoletta				Misto bicolore al vapore								Broccoli al vapore				parmigiano	gr5	gr5	gr7
Finocchi in insalata				Fagiolini	gr 50	gr50	gr50	Spinaci all'olio				Broccoli	gr50	gr50	gr50	salvia, rosmarin	q.b.	q.b.	q.b.
finocchi	gr50	gr50	gr50	Carote	gr50	gr50	gr70	Spinaci	gr80	gr80	gr80	olio evo	gr5	gr5	gr5	Carote filange	gr50	gr50	gr50
succo di limone	q.b.	q.b.	q.b.					oilio evo	gr5	gr5	gr7	Scaglie di grana				succo di limone	q.b.	q.b.	q.b.
olio extra vergine	gr5	gr5	gr7	Pane	gr40	gr50	gr60	Pane	gr40	gr50	gr60	Formaggio gr	gr 10	gr15	gr25	olio evo	gr5	gr5	gr5
Pane	gr40	gr50	gr60	Frutta	gr150	gr150	gr150	Frutta	gr150	gr150	gr150	Pane	gr40	gr50	gr60	Pane	gr40	gr50	gr60
Frutta	gr150	gr150	gr150					Frutta	gr150	gr150	gr150	Frutta	gr150	gr150	gr150	Frutta	gr150	gr150	gr150
Kcal 420,52	SI			Kcal 589.21	SI			Kcal 633.26	SI			Kcl 515.23	SI			Kcal 694.67	SI		
Kcal 544,1	SP			Kcal 702.20	SP			Kcal 755.40	SP			Kcal 685.49	SP			Kcal 853.37	SP		
Kcal 630,59	SSI°			Kcal 770.24	SSI°			Kcal 834.69	SSI°			Kcal 781.99	SSI°			Kcal 976.78	SSI°		

Comune di Lucca
Menù Invernale a.a. 2019-2020 (Novembre-Aprile)
Scuola dell'Infanzia (SI), Scuola Primaria (SP), Scuola Secondaria I° Grado(SSI°)

IV SETTIMANA

Lunedì	SI	SP	SSI°	Martedì	SI	SP	SSI°	Mercoledì	SI	SP	SSI°	Giovedì	SI	SP	SSI°	Venerdì	SI	SP	SSI°
Gnocchi al pomodoro				Matuffi				Passato di verdura con riso integ				Pasta all'olio extravergine				Riso alla zucca			
Gnocchi	gr120	gr160	gr200	Polenta	gr50	gr70	gr80	Riso integrale	gr 10	gr10	gr10	Pasta	gr50	gr70	gr80	Riso parbolile	gr50	gr70	gr80
pomodori pelati	gr60	gr60	gr60	pomodori pel	gr60	gr60	gr60	Fagioli caanellini/				olio extra ve	gr5	gr5	gr7	zucca	gr20	gr30	gr30
Basilico	q.b.	q.b.	q.b.	basilico	q.b.	q.b.	q.b.	borlotti,zucca,				parmigiano	gr5	gr5	gr5	Brodo vegeto	q-b-	q-b-	q-b-
erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	erbe aromati	q.b.	q.b.	q.b.	piselli,cavolo fiore				Tortino di salmone				cipolla	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine				olio evo	gr5	gr5	gr7	cavolo verza,				filetti di salm	gr30	gr50	gr60	parmigiano	gr5	gr5	gr5
d'oliva	gr5	gr5	gr7	parmigiano	gr5	gr5	gr5	spinaci,pelati,				Patate	gr30	gr30	gr30	olio evo	gr5	gr5	gr5
parmigiano	gr5	gr5	gr5	Bocconcini di pollo con limone				patate,zucchine,				latte intero	gr4	gr4	gr4	Stracchino	gr40	gr50	gr60
Prosciutto cotti	gr30	gr40	gr60	petto di pollo	gr50	gr60	gr80	carote, sedano*				uova pastoriz	1x10p	1x10p	1x10p	Pisellini			
Fagiolini al vapore				Farina	gr30	gr30	gr30	Pomodori pel	gr30	gr30	gr30	prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	Piselli	gr 80	gr80	gr 80
Fagiolini	gr80	gr80	gr80	olio evo	gr5	gr5	gr5	erbe aromati	q.b	q.b	q.b	olio evo	gr5	gr5	gr7	olio evo	gr5	gr5	gr5
Olio extravergine	gr5	gr5	gr7	succo di limo	q.b.	q.b.	q.b.	olio extra ve	gr5	gr5	gr7	Insalata rosso verde				cipolla	q.b.	q.b.	q.b.
				salvia, rosma	q.b.	q.b.	q.b.	parmigiano	gr5	gr5	gr5	radicchio ros	gr25	gr25	gr25	salvia e rosm	q.b.	q.b.	q.b.
				brodo vegeto	q.b.	q.b.	q.b.					iceberg	gr25	gr25	gr25	Pane	gr40	gr50	gr60
Pane	gr40	gr50	gr60	Carote filane	gr80	gr80	gr80	Pizza	gr150	gr150	gr200	succo di limo	q.b.	q.b.	q.b.	Frutta	gr150	gr150	gr150
Frutta	gr150	gr150	gr150	olio evo	gr5	gr5	gr7	Yogurt	gr125	gr125	gr125	olio evo	gr5	gr5	gr7				
				succo di limo	q.b.	q.b.	q.b.					Pane	gr40	gr50	gr60				
				Pane	gr40	gr50	gr60					Frutta	gr150	gr150	gr150				
				Frutta	gr150	gr150	gr150												
Kcal 523,42	SI			Kcal 550,04	SI			Kcal746,25	SI			Kcal 566.88	SI			Kcal 671,81	SI		
Kcal 613.85	SP			Kcal 665,82	SP			Kcal 836,14	SP			Kcal 749,52	SP			Kcal 801,37	SP		
Kcal 928,56	SSI°			Kcal 743.32	SSI°			Kcal 901,92	SSI°			Kcal880,87	SSI°			Kcal 824,79	SSI°		

Comune di Lucca
Menù Invernale a.a. 2019-2020 (Novembre-Aprile)
V SETTIMANA

Scuola dell'Infanzia (SI), Scuola Primaria (SP), Scuola Secondaria I° Grado(SSI°)

Lunedì	SI	SP	SSI°	Martedì	SI	SP	SSI°	Mercoledì	SI	SP	SSI°	Giovedì	SI	SP	SSI°	Venerdì	SI	SP	SSI°
Pasta integrale al pesto				Pasta ai filetti				Pasta all'olio extravergine				Riso al pomodoro				Vellutata di verdure con			
Pasta integrale	gr50	gr70	gr80	di trota della Garfagnana				Pasta	gr50	gr70	gr80	Riso parboliled	gr50	gr70	gr80	miglio			
pesto alla genovese				Pasta	gr50	gr70	gr80	olio evo	gr5	gr5	gr7	pomodori pelati	gr60	gr60	gr60	miglio	gr30	gr40	gr50
confezionato	gr10	gr10	gr10	filetti di trota	gr30	gr30	gr30	parmigiano	gr5	gr5	gr5	basilico	q.b.	q.b.	q.b.	Fagioli caanellini/			
Robiola	gr40	gr50	gr60	prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	Omelette con patate				Olio extravergine	gr5	gr5	gr7	borlotti,zucca,			
				odori	q.b.	q.b.	q.b.	Uova	gr60	gr60	gr80	parmigiano	gr5	gr5	gr5	piselli,cavolo fiore			
				olio evo	gr5	gr5	gr5	Patate	gr20	gr20	gr20	Hamburger di manzo				cavolo verza,spinaci, pelati			
				Cotoletta	gr50	gr60	gr80	Latte intero	gr3	gr3	gr3	manzo magro	gr50	gr60	gr70	patate,zucchine,carote,cedan*			
Insalata di cavolo cappuccio				Spinaci all'olio				Parmigiano	gr5	gr5	gr5	parmigiano	gr5	gr5	gr5	tomodori pelati	gr30	gr30	gr30
	gr80	gr80	gr80	Spinaci	gr150	gr150	gr150	Salvia e rosm	q.b.	q.b.	q.b.	Latte p.s.	gr4	gr4	gr4	erbe aromatiche	q.b	q.b	q.b
Olio extravergine				Olio extravergine				Insalata				pane	gr10	gr10	gr10	olio extra verg	gr5	gr5	gr7
d'oliva	gr5	gr5	gr7	d'oliva	gr5	gr5	gr7	Iceberg	gr40	gr40	gr40	uova pastorizzate	1x10p	x10p	1x10p	parmigiano	gr5	gr5	gr5
Pane	gr40	gr50	gr60	Pane	gr40	gr50	gr60	Olio evo	gr5	gr5	gr7	noce moscata	q.b.	q.b.	q.b.	Bastoncini di pesce al forno			
Frutta	gr150	gr150	gr150	Frutta	gr150	gr150	gr150	Pane	gr40	gr50	gr60	rosmarino, salvia	q.b.	q.b.	q.b.	bastoncini di	N°2	N°3	N°4
								Frutta	gr150	gr150	gr150	olio evo	gr5	gr5	gr5	merluzzo pan	gr60	gr90	gr120
												Carote al vapore				Fagioli Cannellini			
												carote	gr50	gr50	gr50	fagiolini	gr30	gr40	gr50
												succo di limone	q.b.	q.b.	q.b.	Olio evo	gr5	gr5	gr7
												d'oliva	gr5	gr5	gr7	Pane	gr40	gr50	gr60
												Pane	gr40	gr50	gr60	Frutta	gr150	gr150	gr150
												Dessert	gr50	gr50	gr50	* mix surgelato in prop, variab			
Kcal 605,68	SI			Kcal 691,26	SI			Kcal 648,76	SI			Kcal 580,25	SI			Kcal 758,13	SI		
Kcal 738,92	SP			Kcal 819,73	SP			Kcal 749,27	SP			Kcal 817,27	SP			Kcal 902,23	SP		
Kcal 836,89	SSI°			Kcal 916,82	SSI°			Kcal 845,94	SSI°			Kcal 874,21	SSI°			Kcal 1120,51	SSI°		

Comune di Lucca

Menù Invernale a.a. 2019-2020 (Novembre-Aprile)

VI SETTIMANA

Scuola dell'Infanzia (SI), Scuola Primaria (SP), Scuola Secondaria I° Grado(SSI°)

Lunedì	SI	SP	SSI°	Martedì	SI	SP	SSI°	Mercoledì	SI	SP	SSI°	Giovedì	SI	SP	SSI°	Venerdì	SI	SP	SSI°
Pasta al burro				Passato di verdura con riso				Gnocchi al pomodoro				Pasta all'olio extravergine				Riso allo zafferano			
Pasta	gr50	gr70	gr80	Riso integrale	gr 10	gr10	gr10	Gnocchi	gr120	gr160	gr200	Pasta	grgr50	gr70	gr80	Riso parbolite	gr50	gr70	gr80
Latte p.s.	gr20	gr20	gr20	Fagioli caanellini/ borlotti,zucca, piselli,cavolo fiore				tomodori pelati basilico erbe aromatiche	gr60	gr60	gr60	Olio extrav. Parmigiano	gr5	gr5	gr7	Zafferano brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
burro	gr5	gr5	gr5	spinaci,pelati, patate,zucchine, carote, sedano* erbe aromatiche	q,b	q,b	q,b	Olio extravergine d'oliva parmigiano	gr5	gr5	gr7	Arrostato di vitella Vitella farina	gr50	gr60	gr80	olio e.v.o. Burro	gr3	gr3	gr3
olio evo	gr5	gr5	gr5	olio extra verg parmigiano	gr5	gr5	gr5					brodo vegetale erbe aromatiche	gr10	gr10	gr10	parmigiano	gr5	gr5	gr5
Tonno sott'olio				Pisellini				Stracchino	g40	gr50	gr60	succo di limone	q.b.	q.b.	q.b.	Tortino di trota della Garfagnana filetti di trota c	gr30	gr50	gr60
Tonno	gr40	gr50	gr70	Piselli surgelati	gr70	gr80	gr80	Barbabietole al vapore				Olio extrav.	gr5	gr5	gr7	Patate	gr30	gr30	gr30
sott'olio				olio extravergine				Barbabietole	gr80	gr80	gr80					latte intero	gr4	gr4	gr4
Pisellini				di oliva	gr5	gr5	gr7	Olio extravergine	gr5	gr5	gr7	Purè				uova pastoriz	1x10p	1x10p	1x10p
Piselli surgelati	gr70	gr80	gr80	cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	Patate	gr50	gr80	gr100	olio evo	gr5	gr5	gr7
olio extravergine				salvia e rosmarin	q.b.	q.b.	q.b.					latte p.s. burro	gr3	gr3	gr3				
di oliva	gr5	gr5	gr7	Pane	gr40	gr50	gr60	Pane	gr40	gr50	gr60					Finocchi	gr80	gr80	gr80
cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	Frutta	gr150	gr150	gr150	Frutta	gr150	gr150	gr150	Pane	gr40	gr50	gr60	Olio evo	gr5	gr5	gr7
salvia e rosmarin	q.b.	q.b.	q.b.									Frutta	gr150	gr150	gr150	succo di limon	q.b.	q.b.	q.b.
Pane	gr40	gr50	gr60													Pane	gr40	gr50	gr60
Frutta	gr150	gr150	gr150													Frutta	gr150	gr150	gr150
Kcal 601,38.38	SI			Kcal746,25	SI			Kcal 599.98	SI			Kcal 562,68	SI			Kcal 583,19	SI		
Kcal 733.41	SP			Kcal 836,14	SP			Kcal 714,4	SP			Kcal 787,93	SP			Kcal 695,62	SP		
Kcal 848.48	SSI°			Kcal901,92	SSI°			Kcal 865,78	SSI°			Kcal 908,64	SSI°			Kcal 802,24	SSI°		

Comune di Lucca
Menù Invernale a.a. 2019-2020 (Novembre-Aprile)
VII SETTIMANA

Scuola dell'Infanzia (SI), Scuola Primaria (SP), Scuola Secondaria I° Grado(SSI°)

Lunedì	SI	SP	SSI°	Martedì	SI	SP	SSI°	Mercoledì	SI	SP	SSI°	Giovedì	SI	SP	SSI°	Venerdì	SI	SP	SSI°
Passato di legumi con farro				Tortelli di carne				Pasta integrale al pesto				Riso all'olio e extravergine				Pasta al pomodoro			
Farro	gr30	gr30	gr40	al ragù				Pasta integrale	gr50	gr70	gr80	Riso parbolite	gr50	gr70	gr80	Pasta	gr50	gr70	gr80
Fagioli borlotti/ cannellini	gr20	gr30	gr40	Tortelli	gr80	gr100	gr120	pesto alla genovese				olio evo	gr5	gr5	gr7	pomodori pelati	gr60	gr60	gr60
Pomodori pelati	gr60	gr60	gr60	carne di manzo				confezionato	gr10	gr10	gr10	Parmigiano	gr5	gr5	gr5	odori	q.b.	q.b.	q.b.
Patate	gr20	gr20	gr30	e di maiale	gr20	gr20	gr30					Bocconcini di Tacchino all'arancia				Olio extravergine	gr5	gr5	gr7
Carote				pomodori pelati	gr60	gr60	gr60	Tortino di ceci e patate				fesa di tacchini	gr50	gr60	gr80	parmigiano	gr5	gr5	gr5
cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	Olio extravergine				Patate	gr30	gr40	gr50	Farina 00	gr5	gr5	gr5	basilico	q.b.	q.b.	q.b.
erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	d'oliva	gr5	gr5	gr7	ceci secchi	gr30	gr40	gr50	erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	Platessa impanata al forno			
Olio extrav.	gr5	gr5	gr7	burro	gr20	gr20	gr25	Latte intero	gr10	gr10	gr10	brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	Platessa	gr70	gr100	gr120
				parmigiano	gr5	gr5	gr5	uova	gr5	gr5	gr5	olio evo	gr5	gr5	gr7	Pan grattato	gr5	gr5	gr5
				noce moscata	q.b.	q.b.	q.b.	Olio extravergine	gr5	gr5	gr5	succo d'arancia	q.b.	q.b.	q.b.	succo di limone	q.b.	q.b.	q.b.
				erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	parmigiano	gr5	gr5	gr7					olio extravergine			
				Broccoli al vapore				salvia, rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.	Pisellini				d'oliva	gr5	gr5	gr7
Bresaola	gr30	gr40	gr60	Broccoli al vapore	gr50	gr50	gr50	Finocchi in insalata				Piselli	gr40	gr60	gr80	Insalata			
Fagiolini								Finocchi	gr50	gr50	gr50	Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	Iceberg	gr40	gr40	gr40
Olio extrav.	gr5	gr5	gr7	Scaglie di grana				succo di limone	q.b.	q.b.	q.b.	Olio evo	gr5	gr5	gr7	succo di limone	q.b.	q.b.	q.b.
				Formaggio grana	gr10	gr15	gr25	Olio extravergine	gr5	gr5	gr7	erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	Olio extravergine	gr5	gr5	gr7
Pane	gr40	gr50	gr60	Pane	gr40	gr50	gr60	Pane	gr40	gr50	gr60	Pane	gr40	gr50	gr60	Pane	gr40	gr50	gr60
Frutta	gr150	gr150	gr150	Frutta	gr150	gr150	gr150	Frutta	gr150	gr150	gr150	Frutta	gr150	gr150	gr150	Frutta	gr150	gr150	gr150
Kcal 406,19	SI			Kcal 515,23	SI			Kcal 594,87	SI			Kcal 616	SI			Kcal 579-18	SI		
Kcal 516,50	SP			Kcal 685,49	SP			Kcal 698,41	SP			Kcal 736,56	SP			Kcal 763,56	SP		
Kcal 750,23	SSI°			Kcal 781,99	SSI°			Kcal 757,37	SSI°			Kcal 888,60	SSI°			Kcal 879,15	SSI°		

Comune di Lucca
Menù Invernale a.a. 2019-2020 (Novembre-Aprile)
VIII SETTIMANA

Scuola dell'Infanzia (SI), Scuola Primaria (SP), Scuola Secondaria I° Grado(SSI°)

Lunedì	SI	SP	SSI°	Martedì	SI	SP	SSI°	Mercoledì	SI	SP	SSI°	Giovedì	SI	SP	SSI°	Venerdì	SI	SP	SSI°
Pasta alla pizzaiola				Riso all'olio extravergine				Pasta al pomodoro				Passato di verdura con riso				Ravioli burro e salvia			
Pasta	gr50	gr70	gr80	Riso parbolile	gr50	gr70	gr80	Pasta	gr50	gr70	gr80	Riso integrale	gr 10	gr10	gr10	Ravioli	gr90	gr100	gr120
pelati	gr60	gr60	gr60	Olio extravergine				pomodori pelati	gr60	gr60	gr60	Fagioli caanellini/				burro	gr5	gr5	gr5
capperi	q.b.	q.b.	q.b.	d'oliva	gr5	gr5	gr7	odori	q.b.	q.b.	q.b.	borlotti,zucca,				salvia	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine				Parmigiano	gr5	gr5	gr5	Olio extravergine	gr5	gr5	gr7	piselli,cavolo fiore				parmigiano	gr5	gr5	gr5
d'oliva	gr5	gr5	gr7	Totani con piselli				parmigiano	gr5	gr5	gr5	cavolo verza,				olio evo	gr5	gr5	gr5
parmigiano	gr5	gr5	gr5	Totani	gr70	gr100	gr120	Bocconcini di pollo al limone				spinaci,pelati,				Pecorino	gr40	gr50	gr60
Origano	q.b.	q.b.	q.b.	pisellini	gr40	gr60	gr80	petto di pollo	gr50	gr60	gr80	patate,zucchine,							
Arista al forno				pomodori pelati	gr30	gr30	gr30	Farina 00	gr5	gr5	gr5	carote, sedano*				Insalata di finocchi			
Arista	gr50	gr60	gr80	cipolla, aglio	q.b.	q.b.	q.b.	brodo vegetale	q-b-	q.b.	q.b.	Pomodori pelati	gr30	gr30	gr30	Finocchi	gr150	gr150	gr150
Erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	olio E.V.O	gr5	gr5	gr7	erbe aromatiche	q.b	q.b	q.b	succo di limone	q.b.	q.b.	q.b.
odori	q.b.	q.b.	q.b.	Olio extravergine				succo di limone	q.b.	q.b.	q.b.	olio extra vergine	gr5	gr5	gr7	Olio extravergine			
farina	q.b.	q.b.	q.b.	d'oliva	gr5	gr5	gr7	odori	q.b.	q.b.	q.b.	parmigiano	gr5	gr5	gr5	d'oliva	gr5	gr5	gr7
Olio extrav.	gr5	gr5	gr7	Pane				erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.					Pane	gr40	gr50	gr60
Succo di limone	q.b.	q.b.	q.b.	Frutta	gr150	gr150	gr150	Insalata				Pizza	gr150	gr150	gr200	Frutta	gr150	gr150	gr150
Carote al vapore								Iceberg	gr40	gr40	gr 40								
carote	gr80	gr80	gr80					olio evo	gr5	gr5	gr7	Yogurt	gr125	gr125	gr125				
olio extra vergine	gr5	gr5	gr7					Pane	gr40	gr50	gr60								
Pane	gr40	gr50	gr60					Frutta	gr150	gr150	gr150								
Frutta	gr150	gr150	gr150																
Kcal 635-40	SI			Kcal 502.01	SI			Kcal 619,27	SI			Kcal 746,25	SI			Kcal 732,61	SI		
Kcal 761.39	SP			Kcal 640.50	SP			Kcal 718.72	SP			Kcal 836,14	SP			Kcal 847,07	SP		
Kcal 852.10	SSI°			Kcal747.54	SSI°			Kcal 802.97	SSI°			Kcal901,92	SSI°			Kcal 967,90	SSI°		