



Comune di Lucca
Menù invernale a.s. 2025-2026
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°
Lasagne al pesto	1/24	1/20	1/12	Minestra di ceci con Orzo				Fusilli al pesto di broccoli				Pasta barbabietole e ricotta				Pasta all'olio extravergine			
Lasagne	gr 42	gr 50	gr 80	Orzo	gr30	gr30	gr40	Fusilli	gr50	gr70	gr80	Pasta	gr50	gr70	gr80	Pasta	gr50	gr70	gr80
pesto alla genovese	gr 17	gr 20	gr 33	ceci secchi	gr20	gr30	gr40	broccoli	gr50	gr 50	gr50	Ricotta vaccina	gr25	gr25	gr25	olio evo.	gr5	gr5	gr7
latte	gr 113	gr 135	gr 225	patate	gr 10	gr 10	gr 10	latte	gr10	gr10	gr10	barbabietole rosse	gr10	gr10	gr10	parmigiano	gr5	gr5	gr5
farina	gr 6	gr 7	gr 12	carote	gr 25	gr 25	gr 25	burro	gr5	gr5	gr5	cipolla	gr5	gr5	gr5				
burro	gr 6	gr 7	gr 12	cipolla	gr5	gr5	gr5	olio evo	gr 5	gr 5	gr 7	parmigiano	gr5	gr5	gr5				
Parmigiano	gr 4	gr 5	gr 8	sale profumato	0,5	0,5	0,5	parmigiano	gr5	gr5	gr5	latte	gr35	gr35	gr35				
				parmigiano	gr5	gr5	gr5					farina	gr2	gr2	gr2				
				olio evo	gr5	gr5	gr7					burro	gr2	gr2	gr2				
Scaglie di grana				Coscie di pollo al forno	nr 1	nr1	nr 2	Bastoncini di merluzzo al forno	N°2	N°3	N°4	Prosciutto cotto				Sformato di verdura	1/24	1/20	1/12
Formaggio grana padano	gr 20	gr30	gr50	fusi di pollo al netto	gr50	gr60	gr80	bastoncini di merluzzo panati	gr 60	gr 90	gr 120	P cotto	gr30	gr40	gr60	patate	gr 30	gr 35	gr 60
				limone	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5									fagiolini	gr 25	gr 30	gr 50
																latte	gr 17	gr 20	gr 33
																burro	gr 1,7	gr 2	gr 3,3
																farina	gr 1,7	gr 2	gr 3,3
																misto uovo	gr 4	gr 5	gr 8
																parmigiano	gr 4	gr 5	gr 8
																pangrattato	gr 4	gr 5	gr 8
																olio evo	gr 4	gr 5	gr 8
Fagiolini				Insalata				Fagioli cannellini				Verdure al forno				Pisellini			
fagiolini al vapore	40	50	60	Iceberg o altro tipo	gr40	gr40	g 40	Cannellini secchi	gr30	gr40	gr50	patate	gr40	gr40	gr40	Piselli	gr 80	gr80	gr80
olio evo	gr5	gr5	gr7	olio evo	5	5	7	olio evo.	gr5	gr5	gr7	carote	gr20	gr20	gr20	cipolla	gr5	gr5	gr5
												finocchi	gr20	gr20	gr20	olio evo	gr5	gr5	gr7
												olio evo	gr5	gr5	gr7				
Pane				Pane				Pane				Pane				Pane			
Tipo 1	gr40	gr50	gr60	Tipo 1	gr40	gr50	gr60	Tipo 1	gr40	gr50	gr60	Tipo 1	gr40	gr50	gr60	Tipo 1	gr40	gr50	gr60
Frutta	gr150	gr150	gr150	Frutta	gr150	gr150	gr150	Frutta	gr150	gr150	gr150	Dessert	gr 30	gr 30	gr 30	Frutta	gr150	gr150	gr150
Kcal 689,96	SI			Kcal 427,69	SI			Kcal 665,12	SI			Kcal 582,17	SI			Kcal 695,84	SI		
Kcal 831,24	SP			Kcal 566,12	SP			Kcal 829,55	SP			Kcal 693,71	SP			Kcal 793,11	SP		
Kcal 901,86	SSI°			KcalL 679,99	SSI°			Kcal 958,69	SSI°			Kcal 801,70	ssi°			Kcal 891,07	SSI°		



Comune di Lucca
Menù invernale a.s. 2025-2026
Scuola dell'Infanzia (SI), Scuola Primaria (SP), Scuola Secondaria 1° 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				Pasta integrale al pesto				Passato di verdura con miglio				Gnocchi al pomodoro				Riso all'olio extravergine			
Riso parboliled	gr 50	gr70	gr80	Pasta integrale	gr50	gr70	gr80	Miglio decorticato	gr30	gr30	gr40	Gnocchi	gr110	gr150	gr180	Riso parboliled	gr50	gr70	gr80
Zafferano	gr 0,02	gr 0,02	gr 0,02	pesto alla genovese	gr30	gr30	gr30	sedano	gr 0,1	gr 0,1	gr 0,1	pomodori pelati	gr60	gr60	gr60	olio evo	gr5	gr5	gr7
carota	gr 10	gr 10	gr 10	latte	gr 13	gr 13	gr 13	carota	gr 25	gr 25	gr 25	sedano	gr 0,2	gr 0,2	gr 0,2	parmigiano	gr5	gr5	gr5
cipolla	gr 5	gr 5	gr 5	farina	gr 1	gr 1	gr 1	cipolla	gr 5	gr 5	gr 5	carota	gr 10	gr 10	gr 10				
latte	gr 5	gr 5	gr 5	burro	gr 1	gr 1	gr 1	patate	gr 20	gr 20	gr 20	cipolla	gr5	gr5	gr5				
olio e.v.o.	gr3	gr3		parmigiano	gr5	gr5		fagiolini gelo	gr 12	gr 12	gr 12	Basilico	q.b.	q.b.	q.b.				
Burro	gr2	gr2	gr2					bietola gelo	gr 9	gr 9	gr 9	olio evo	gr5	gr5	gr7				
parmigiano	gr5	gr5						fagioli secchi	gr 12	gr 12	gr 12	parmigiano	gr5	gr5	gr5				
								piselli	gr 12	gr 12	gr 12								
								cavolfiore/zucchine	gr 10	gr 10	gr 10								
								verza	gr 15	gr 15	gr 15								
								olio evo	gr5	gr5	gr7								
								sale profumato	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5								
								parmigiano	gr5	gr5	gr5								
Omelette al prosciutto cotto				Robiola				Bocconcini di pollo all'arancia				Affettato di tacchino				Filetto di platessa gratinata			
uovo pastorizzato	1xper	1xper	1,5xper	Robiola	gr50	gr50	gr100	petto di pollo	gr50	gr60	gr80	Affettato di tacchino	gr30	gr40	gr60	Platessa	gr70	gr100	gr120
	gr53	gr53	gr80					Farina 00	gr3	gr3	gr3					Pan grattato	gr5	gr5	gr5
p. cotto	gr 20	gr 20	gr 33					sale profumato	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5					succo di limone	q.b.	q.b.	q.b.
latte p.s.	gr 7	gr 7	gr 12					olio evo	gr5	gr5	gr7					olio evo	gr5	gr5	gr7
parmigiano	gr 5	gr 5	gr 8					succo d'arancia	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5								
odori	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5					succo di limone	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5								
olio evo	gr 5	gr 5	gr 8																
Cavolo cappuccio				Spinaci al vapore				Finocchi in insalata				Misto bicolore al vapore				Ceci			
Cavolo cappuccio	gr40	gr40	gr40	spinaci	gr80	gr80	gr80	Finocchi	gr60	gr60	gr60	Broccoli	gr30	gr30	gr30	ceci	gr40	gr60	gr80
succo di limone	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5	olio evo	gr5	gr5	gr7	olio evo	gr5	gr5	gr7	Carote	gr50	gr50	gr50	olio evo	gr5	gr5	gr7
olio evo	gr5	gr5	gr7					succo di limone	q.b.	q.b.	q.b.	olio evo	gr5	gr5	gr7	cipolla	q.b.	q.b.	q.b.
Pane				Pane				Pane				Pane				Pane			
Tipo 1	gr40	gr50	gr60	Tipo 1	gr40	gr50	gr60	Tipo 1	gr40	gr50	gr60	Tipo 1	gr40	gr50	gr60	Tipo 1	gr40	gr50	gr60
Frutta	gr150	gr150	gr150	Frutta	gr150	gr150	gr150	Budino bio	125 g	125 g	125 g	Frutta	gr150	gr150	gr150	Frutta	gr150	gr150	gr150
Kcal 654,19	SI			Kcal 690,18	SI			Kcal 600,03	SI			Kcal 549,71	SI			Kcal 637,76	SI		
Kcal 748,34	SP			Kcal 815,34	SP			Kcal 639,74	SP			Kcal 647,22	SP			Kcal 820,10	SP		
Kcal 882,78	SSI°			Kcal 926,15	SSI°			Kcal 744,24	SSI°			Kcal 759,86	SSI°			Kcal 1014,35	SSI°		

[illegible]

[illegible]



Lunedì	SI	SP	SSI°	Martedì	SI	SP	SSI°	Mercoledì	SI	SP	SSI°	Giovedì	SI	SP	SSI°	Venerdì	SI	SP	SSI°
Pasta al ragù di lenticchie rosse				Vellutata di verdure con miglio				Lasagne al pomodoro	1/24	1/20	45627	Riso al pomodoro				Pasta all'olio extravergine			
Fusilli	gr50	gr70	gr80	Miglio decorticato	gr30	gr30	gr40	Lasagne all'uovo	gr40	gr50	gr80	Riso parboliled	gr50	gr70	gr80	Pasta	gr50	gr70	gr80
Lenticchie rosse	gr30	gr30	gr30	sedano	gr 0,1	gr 0,1	gr 0,1	pomodori pelati	gr 70	gr80	gr130	pomodori pelati	gr60	gr60	gr60	olio evo	gr5	gr5	gr7
pelati	gr50	gr50	gr50	carota	gr 25	gr 25	gr 25	sedano	gr 0,2	gr 0,2	gr 0,2	sedano	gr 0,2	gr 0,2	gr 0,2	parmigiano	gr5	gr5	gr5
sedano	gr 0,2	gr 0,2	gr 0,2	cipolla	gr 5	gr 5	gr 5	carota	gr 8	gr 10	gr 15	carota	gr 10	gr 10	gr 10				
carota	gr 10	gr 10	gr 10	patate	gr 20	gr 20	gr 20	cipolla	gr 3	gr 5	gr 7	cipolla	gr 5	gr 5	gr 5				
cipolla	gr5	gr5	gr5	fagiolini gelo	gr 12	gr 12	gr 12	Latte p.s.	gr75	gr90	gr150	basilico	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5				
Olio evo	gr5	gr5	gr7	bietola gelo	gr 9	gr 9	gr 9	farina	gr3	gr5	gr7	olio evo	gr5	gr5	gr7				
parmigiano	gr5	gr5	gr5	fagioli secchi	gr 12	gr 12	gr 12	burro	gr3	gr5	gr7	parmigiano	gr5	gr5	gr5				
				piselli	gr 12	gr 12	gr 12	parmigiano	gr 3	gr5	gr7								
				cavolfiore/zucchine	gr 10	gr 10	gr 10	olio evo	gr 3	gr5	gr7								
				verza	gr 15	gr 15	gr 15	basilico	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5								
				olio evo	gr5	gr5	gr7												
				sale profumato	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5												
				parmigiano	gr 5	gr 5	gr 5												
Petto di pollo panato				Bastoncini di pesce al forno	N°2	N°3	N°4	Robiola				Hamburger	1/24	1/20	1/12	Omelette con patate	1/20	1/20	1/12
Petto di pollo	gr50	gr60	gr80	bastoncini di merluzzo panati	gr 60	gr 90	gr 120	Formaggio robiola	gr50	gr50	gr100	manzo magro	gr50	gr60	gr70	uovo pastorizzato	1xper	1xper	1,5xper
pangrattato	gr 5	gr 5	gr 5									parmigiano	gr 4,17	gr 5	gr 5,83		gr53	gr53	gr80
olio evo	gr5	gr5	gr7									Latte p.s.,	gr 3,33	gr 4	gr 4,67	patate	gr 20	gr 20	gr 33
sale profumato	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5									uova pastorizzate	gr 4,17	gr 5	gr 5,83	latte p.s.	g 7	gr 7	gr 12
												pane	gr 4,17	gr 5	gr 5,83	parmigiano	gr 5	gr 5	gr 8
												olio evo	gr 4,17	gr 5	gr 5,83	odori	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5
												sale profumato	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5	olio evo	gr 5	gr 5	gr 8
Carote filangee				Pisellini				Insalata di cavolo cappuccio e carote				Insalata				Spinaci			
carote	gr80	gr80	gr80	Piselli	gr 80	gr80	gr80	Cavolo cappuccio	gr30	gr30	gr30	Iceberg/o altro tipo di insalata	gr40	gr40	gr40	Spinaci	gr80	gr80	gr80
olio evo	gr5	gr5	gr7	cipolle, sale profumato	q.b.	q.b.	q.b.	carote filangee	gr30	gr30	gr30	olio evo	gr5	gr5	gr7	olio evo	gr5	gr5	gr7
				olio evo	gr5	gr5	gr7	olio evo	gr5	gr5	gr7								
								succo di limone	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5								
Pane				Pane				Pane				Pane				Pane			
Tipo 1	gr40	gr50	gr60	Tipo 1	gr40	gr50	gr60	Tipo 1	gr40	gr50	gr60	Tipo 1	gr40	gr50	gr60	Tipo 1	gr40	gr50	gr60
Frutta	gr150	gr150	gr150	Frutta	gr150	gr150	gr150	Frutta	gr150	gr150	gr150	Frutta	gr150	gr150	gr150	Dessert	gr 30	gr 30	gr 30
Kcal 656,19	SI			Kcal 897,45	SI			Kcal 550,60	SSI°			Kcal 580,25	SI			Kcal 862,94	SSI°		
Kcal 763,51	SP			Kcal 1013,68	SP			Kcal 741,27	SP			Kcal817,27	SP			Kcal 919,23	SP		
Kcal 900,89	SSI°			Kcal 1204,10	SSI°			Kcal 822,99	SSI°			Kcal 874,21	SSI°			Kcal 1137,51	SSI°		



Comune di Lucca
Menù invernale a.s. 2025-2026
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 verdura con riso integrale				Gnocchi al pomodoro				Pasta al burro				Pasta all'olio extavergine				Pasta ai filetti di trota			
Riso integrale	gr10	gr20	gr20	Gnocchi	gr110	gr150	gr180	Pasta	gr50	gr70	gr80	Pasta	grgr50	gr70	gr80	Pasta	gr50	gr70	gr80
sedano	gr 0,1	gr 0,1	gr 0,1	pomodori pelati	gr60	gr60	gr60	Latte p.s.	gr20	gr20	gr20	olio evo	gr5	gr5	gr7	filetti di trota	gr30	gr30	gr30
carota	gr 25	gr 25	gr 25	sedano	gr 0,2	gr 0,2	gr 0,2	burro	gr5	gr5	gr5	Parmigiano	gr5	gr5	gr5	pomodori pelati	gr 50	gr50	gr50
cipolla	gr5	gr5	gr5	carota	gr 10	gr 10	gr 10	parmigiano	gr5	gr5	gr5					sedano	gr 0,2	gr 0,2	gr 0,2
patate	gr20	gr20	gr20	cipolla	gr 5	gr 5	gr 5	olio evo	gr5	gr5	gr7					carote	gr5	gr5	gr5
fagiolini gelo	gr 12	gr 12	gr 12	prezzemolo	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5									cipolle	gr3	gr 3	gr 3
bietola gelo	gr 9	gr 9	gr 9	olio E.V.O.	gr5	gr5	gr7									prezzemolo	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5
fagioli secchi	gr 12	gr 12	gr 12	parmigiano	gr5	gr5	gr5												
piselli	gr 12	gr 12	gr 12																
cavolfiore/zucchine	gr 10	gr 10	gr 10																
verza	gr 15	gr 15	gr 15																
olio evo	gr5	gr5	gr7																
sale profumato	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5																
parmigiano	gr5	gr5	gr5																
Pizza Margherita				Omelette agli spinaci	1/20	1/20	1/12	Prosciutto cotto/crudo				Arrosto di vitella				Stracchino			
Base pizza pronta con pomodoro e origano	gr100	gr120	gr150	uovo pastorizzato	1xper	1xper	1,5xper	P. cotto	gr30			Vitella	gr50	gr60	gr80	Formaggio stracchino	gr50	gr50	gr100
mozzarella	gr25	gr30	gr37,5		gr53	gr53	gr80	p. crudo		gr40	gr60	farina	gr3	gr3	gr3				
olio evo	gr5	gr5	gr7	spinaci	gr 20	gr 20	gr 33					olio evo	gr5	gr5	gr7				
				latte p.s.	gr7	gr7	gr 12					sale profumato	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5				
				parmigiano	gr 5	gr 5	gr 8					succo di limone	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5				
				odori	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5												
				olio evo	gr5	gr5	gr7												
				Carote stufate in bianco				Finocchi in insalata				Purè				Fagiolini			
				carote	gr80	gr80	gr80	Finocchi	60	60	60	Patate	gr100	gr100	gr100	Fagiolini	40	50	60
				Olio evo	gr5	gr5	gr7	olio evo	gr5	gr5	gr7	Latte intero	gr30	gr30	gr30	Olio evo	gr5	gr5	gr7
				cipolla	q.b.	q.b.	q.b.					Burro	gr5	gr5	gr5				
												Parmigiano	gr5	gr5	gr5				
				Pane				Pane				Pane				Pane			
				Tipo 1	gr40	gr50	gr60	Tipo 1	gr40	gr50	gr60	Tipo 1	gr40	gr50	gr60	Tipo 1	gr40	gr50	gr60
Yogurt	gr125	gr125	gr125	Frutta	gr150	gr150	gr150	Frutta	gr150	gr150	gr150	Frutta	gr150	gr150	gr150	Frutta	gr150	gr150	gr150
Kcal746,25	SI			Kcal 591,01	SI			Kcal 628,19	SI			Kcal 562,68	SI			Kcal 583,19	SI		
Kcal 836,14	SP			Kcal 673,26	SP			Kcal 735,50	SP			Kcal 787,93	SP			Kcal 695,62	SP		
Kcal 901,92	SSI°			Kcal 832,17	SSI°			Kcal 871,52	SSI°			Kcal 908,64	SSI°			Kcal 802,24	SSI°		



Comune di Lucca
Menù invernale a.s. 2025-2026
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	SSP	Venerdì	SI	SP	SSI°
Passato di legumi con farro				Tortelli di carne al ragù				Riso all'olio extavergine				Pasta integrale al pesto				Pasta al pomodoro			
Farro	gr30	gr30	gr40	Tortelli	gr80	gr100	gr120	Riso parboliled	gr50	gr70	gr80	Pasta integrale	gr50	gr70	gr80	Pasta	gr50	gr70	gr80
Fagioli borlotti/cannellini	gr20	gr30	gr40	carne di manzo				olio evo	gr5	gr5	gr7	pesto alla genovese	gr30	gr30	gr30	pomodori pelati	gr 60	gr60	gr60
Pomodori pelati	gr40	gr40	gr40	e di maiale	gr20	gr20	gr30	Parmigiano	gr5	gr5	gr5	latte	gr 13	gr 13	gr 13	sedano	gr 0,2	gr 0,2	gr 0,2
Patate	gr20	gr20	gr30	pomodori pelati	gr60	gr60	gr60					farina	gr 1	gr 1	gr 1	carota	gr 10	gr 10	gr 10
Carote	gr 10	gr 10	gr 10	sedano	gr 0,2	gr 0,2	gr 0,2					burro	gr 1	gr 1	gr 1	cipolla	gr 5	gr 5	gr 5
cipolla	gr5	gr5	gr5	carota	gr 10	gr 10	gr 10					Parmigiano	gr 5	gr 5	gr 5	basilico	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5
sale profumato	0,5	0,5	0,5	cipolla	gr 5	gr 5	gr 5									olio evo	gr5	gr5	gr7
olio evo	gr5	gr5	gr7	olio evo	gr5	gr5	gr7									parmigiano	gr5	gr5	gr5
parmigiano	gr5	gr5		parmigiano	gr5	gr5	gr5												
odori (alloro, salvia, rosmarino)	qb	qb	qb	noce moscata	q.b.	q.b.	q.b.												
Affettato di tacchino				Scaglie di grana				Tortino di legumi	1/24	1/20	1/12	Bocconcini di Tacchino all'arancia				Platessa impanata al forno	nr 1	nr 1	nr 2
Affettato di tacchino	gr30	gr40	gr60	Formaggio grana	gr 10	gr15	gr25	Patate	gr 33	gr 40	gr 67	fesa di tacchino	gr50	gr60	gr80	Platessa	gr70	gr100	gr120
								ceci	gr 33	gr 40	gr 67	Farina 00	gr3	gr3	gr3	Pan grattato	gr5	gr5	gr7
								Latte p.s.	gr 8	gr 10	gr 17	erbe aromatiche	0,5	0,5	0,5	succo di limone	gr 2	gr 2	gr 2
								uova	gr 4	gr 5	gr 8	olio evo	gr5	gr5	gr7	olio evo	gr5	gr5	gr7
								parmigiano	gr 4	gr 5	gr 8	succo d'arancia	gr 2	gr 2	gr 2				
								pangrattato	gr 4	gr 5	gr 8								
								prezzemolo	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5								
								sale profumato	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5								
								olio evo	gr 4	gr 5	gr 8								
Fagiolini al vapore				Broccoli e carote al vapore				Finocchi in insalata				Pisellini				Fagioli cannellini			
Fagiolini	gr 40	gr 50	gr 60	Broccoli	gr40	gr40	gr40	Finocchi	gr 60	g 60	gr 60	Piselli	gr80	gr80	gr80	Cannellini	gr30	gr40	gr50
Olio extrav.	gr5	gr5	gr7	carote	gr40	gr40	gr40	succo di limone	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5	Cipolla	gr5	gr5	gr 5	olio evo.	gr5	gr5	gr7
				olio evo	gr5	gr5	gr7	olio evo	gr5	gr5	gr7	Olio evo	gr5	gr5	gr7				
Pane				Pane				Pane				Pane				Pane			
Tipo 1	gr40	gr50	gr60	Tipo 1	gr40	gr50	gr60	Tipo 1	gr40	gr50	gr60	Tipo 1	gr40	gr50	gr60	Tipo 1	gr40	gr50	gr60
Frutta	gr150	gr150	gr150	Frutta	gr150	gr150	gr150	Frutta	gr150	gr150	gr150	Budino bio	125 g	125 g	125 g	Frutta	gr150	gr150	gr150
Kcal 406.19	SI			Kcl 515.23	SI			Kcal 609,67	SI			Kcal 675,42	SI			Kcal579-18	SI		
Kcal516.50	SP			Kcal685.49	SP			Kcal 743,89	SP			Kcal 792,08	SP			Kcal763.56	SP		
Kcal750.23	SSI°			Kcal 781.99	SSI°			Kcal 906,07	SSI°			Kcal 923,20	SSI°			Kcal 879.15	SSI°		



Lunedì	SI	SP	SSI°	Martedì	SI	SP	SSI°	Mercoledì	SI	SP	SSI°	Giovedì	SI	SP	SSI°	Venerdì	SI	SP	SSI°
Pasta alla pizzaiola				Pasta al salmone				Pasta al pomodoro				Passato di verdura con riso				Ravioli burro e salvia			
Pasta	gr50	gr70	gr80	pasta	gr50	gr70	gr80	Pasta	gr50	gr70	gr80	Riso integrale	gr10	gr20	gr20	Ravioli	gr90	gr100	gr120
pomodori pelati	gr 60	gr 60	gr 60	salmone	gr30	gr30	gr30	pomodori pelati	gr60	gr60	gr60	sedano	gr 0,1	gr 0,1	gr 0,1	burro	gr5	gr5	gr5
sedano	gr 0,2	gr 0,2	gr 0,2	latte p.s.	gr20	gr20	gr30	sedano	gr 0,2	gr 0,2	gr 0,2	carota	gr 25	gr 25	gr 25	salvia	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5
carota	gr 10	gr 10	gr 10	burro	gr2	gr2	gr2	carota	gr 10	gr 10	gr 10	cipolla	gr 5	gr 5	gr 5	parmigiano	gr5	gr5	gr5
cipolla	gr 5	gr 5	gr 5	Farina 00	gr3	gr3	gr3	cipolla	gr 5	gr 5	gr 5	patate	gr 20	gr 20	gr 20	olio evo	gr5	gr5	gr5
olio evo	gr 5	gr 5	gr7					basilico	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5	fagiolini gelo	gr 12	gr 12	gr 12				
Parmigiano	gr5	gr5	gr5					olio E.V.O.	gr5	gr5	gr7	bietola gelo	gr 9	gr 9	gr 9				
Capperi	gr 1,2	gr 1,2	gr 1,2					parmigiano	gr5	gr5	gr5	fagioli secchi	gr 12	gr 12	gr 12				
Origano	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5									piselli	gr 12	gr 12	gr 12				
												cavolfiore/zucchine	gr 10	gr 10	gr 10				
												verza	gr 15	gr 15	gr 15				
												olio evo	gr5	gr5	gr7				
												sale profumato	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5				
												parmigiano	gr 5	gr 5	gr 5				
Arista al forno				Tortino di legumi	1/10	1/10	1/10	Bocconcini di pollo al limone				Pizza				Pecorino			
Arista	gr50	gr60	gr80	Patate	gr 33	gr 40	gr 67	Carne di pollo	gr50	gr60	gr80	Base pizza pronta con pomodoro e origano	gr100	gr120	gr150	Formaggio pecorino	gr 40	gr 40	gr 60
Erbe aromatiche	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5	ceci	gr 33	gr 40	gr 67	farina 00	gr3	gr3	gr3	mozzarella	gr25	gr30	gr37,5				
odori	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5	Latte p.s.	gr 8	gr 10	gr 17	olio E.V.O.	gr5	gr5	gr7	olio evo	gr5	gr5	gr7				
farina	gr5	gr5	gr7	uova	gr 4	gr 5	gr 8	sale profumato	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5								
olio evo	gr5	gr5	gr7	parmigiano	gr 4	gr 5	gr 8	succo limone	gr 2,5	gr 2,5	gr 2,5								
Succo di limone	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5	pangrattato	gr 4	gr 5	gr 8												
				prezzemolo	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5												
				sale profumato	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5												
				olio evo	gr 4	gr 5	gr 8												
Spinaci al vapore				Carote filangee				Insalata								Insalata di finocchi			
spinaci	gr80	gr80	gr80	carote	60gr	gr60	gr60	Iceberg o altro tipo di insalata	gr40	gr40	gr 40					Finocchi	gr60	gr60	gr60
olio evo	gr5	gr5	gr7	olio evo	gr5	gr5	gr7	olio evo	qr5	gr5	gr7					succo di limone	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5
				Succo di limone	gr 0,5	gr 0,5	gr 0,5									olio evo	gr5	gr5	gr7
Pane				Pane				Pane								Pane			
Tipo 1	gr40	gr50	gr60	Tipo 1	gr40	gr50	gr60	Tipo 1	gr40	gr50	gr60					Tipo 1	gr40	gr50	gr60
Frutta	gr150	gr150	gr150	Frutta	gr150	gr150	gr150	Frutta	gr150	gr150	gr150	Yogurt	gr125	gr125	gr125	Frutta	gr150	gr150	gr150
Kcal 635-40	SI			Kcal 641,01	SI			Kcal 619,27	SI			Kcal 746,25	SI			Kel 732,61	SI		
Kcal 761.39	SP			Kcal 738,28	SP			Kcal 718.72	SP			Kcal 836,14	SP			Kcal 847,07	SP		
Kcal 852.10	SSI°			Kcal 840,87	SSI°			Kcal 802.97	SSI°			Kcal901,92	SSI°			Kcal 967,90	SSI°		