



**DIPARTIMENTO PREVENZIONE COLLETTIVA
DELLA SALUTE UMANA**

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione

Via Ciccotti - POTENZA

tel. 0971.310323 – 0971.310387 – 0973.48550

e-mail: sian.potenza@aspbasilicata.it

pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it

Direttore f.f. Dr. C. Cufino

COMUNE DI MOLITERNO

**MENU REFEZIONE SCOLASTICA
PRIMAVERA – ESTATE A.S. 2022 - 2023**

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
I SETTIMANA	Insalata di pasta con fagioli Frittata Verdura di stagione Pane Frutta	Pasta con pomodorini e basilico Fusi di pollo al forno Verdura di stagione Pane Frutta	Insalata di riso Cuori di nasello gratinati Verdura di stagione Pane Frutta	Pasta al pomodoro Lonza di maiale al forno Verdura di stagione Pane Frutta	Pasta alla melanzane Mozzarella o scamorza Insalata di patate Pane Frutta
II SETTIMANA	Pasta piselli e pomodorini Prosciutto cotto magro Verdura di stagione Pane Frutta	Pasta al pomodoro Ricotta Verdura di stagione Pane Frutta	Insalata di pasta con ceci Frittata alle verdure Verdura di stagione Pane Frutta	Pasta al pesto Scaloppina al limone Verdura di stagione Pane Frutta	Riso al forno Bastoncini di merluzzo Verdura di stagione Pane Frutta
III SETTIMANA	Insalata di pasta con piselli Mozzarella o scamorza Verdura di stagione Pane Frutta	Pasta con pomodorini Frittata Verdura di stagione Pane Frutta	Risotto alle verdure Persico con pomodorini Verdura di stagione Pane Frutta	Pasta al pomodoro Lonza di maiale agli aromi Verdura di stagione Pane Frutta	Pasta alle zucchine Bastoncini di merluzzo Insalata di patate Pane Frutta
IV SETTIMANA	Insalata di riso Prosciutto cotto magro Verdura di stagione Pane Frutta	Pasta al pomodoro Cotoletta di pollo Verdura di stagione Pane Frutta	Pasta con piselli Frittata Verdura di stagione Pane Frutta	Pasta al ragù vegetale Ricotta Verdura di stagione Pane Frutta	Pasta con pesto Sogliola al forno Verdura di stagione Pane Frutta

**DIPARTIMENTO PREVENZIONE COLLETTIVA
DELLA SALUTE UMANA**

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione

Via Ciccotti - POTENZA

tel. 0971.310323 – 0971.310387 – 0973.48550

e-mail: sian.potenza@aspbasilicata.it

pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it

Direttore f.f. Dr. C. Cufino

COMUNE DI MOLITERNO

**MENU REFEZIONE SCOLASTICA
AUTUNNO - INVERNO A.S. 2022 - 2023**

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
I SETTIMANA	Pasta e fagioli Frittata Verdura di stagione Pane Frutta	Pasta al pomodoro Scaloppina di vitello Verdura di stagione Pane Frutta	Pasta con pesto Mozzarella o scamorza Purè di patate Pane Frutta	Gnocchi al pomodoro Lonza di maiale al forno Verdura di stagione Pane Frutta	Pastina in brodo vegetale Bastoncini di merluzzo Verdura di stagione Pane Frutta
II SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	Pasta e piselli Prosciutto cotto magro Verdura di stagione Pane Frutta	Riso al pomodoro Fusi di pollo al forno Verdura di stagione Pane Frutta	Pasta con zucchine Frittata Verdura di stagione Pane Frutta	Lasagna alla bolognese Ricotta Verdura di stagione Pane Frutta	Pasta con minestrone Persico con i pomodorini Patate al forno Pane Frutta
III SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	Pasta e lenticchie Frittata Verdura di stagione Pane Frutta	Pasta al pomodoro Cotoletta di pollo Verdura di stagione Pane Frutta	Pasta con pesto Sogliola al forno Insalata di patate Pane Frutta	Pasta al pomodoro Mozzarella o scamorza Verdura di stagione Pane Frutta	Pastina in brodo vegetale Bastoncini di merluzzo Verdura di stagione Pane Frutta
IV SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	Pasta e ceci Prosciutto cotto magro Verdura di stagione Pane Frutta	Riso al pomodoro Scaloppina di vitello Verdura di stagione Pane Frutta	Lasagne di verdure Frittata Verdura di stagione Pane Frutta	Gnocchi al pomodoro Ricotta Verdura di stagione Pane Frutta	Pasta con passato di verdura Nasello al forno gratinato Patate al forno Pane Frutta



**DIPARTIMENTO PREVENZIONE COLLETTIVA
 DELLA SALUTE UMANA**

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione
 Via Ciccotti - POTENZA
 tel. 0971.310323 - 0971.310387 - 0973.48550
 e-mail: sian.potenza@aspbasilicata.it
 pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it
 Direttore ff. Dr. C. Cufino

COMUNE DI MOLITERNO

MENÙ AUTUNNO - INVERNO

1° Settimana A.S.
 2022-23

LUNEDÌ

- Pasta e fagioli
- Frittata
- Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
<i>Pasta di semola</i>	gr.	30	gr.	40	gr.	60
<i>Fagioli secchi</i>	gr.	30	gr.	45	gr.	60
<i>Aromi (pomodoro, sedano...)</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Uovo</i>	gr.	60	gr.	60	gr.	60
<i>Parmigiano o grana</i>	gr.	5	gr.	5	gr.	5
<i>Verdura cotta</i>	gr.	100	gr.	150	gr.	200

MARTEDÌ

- Pasta al pomodoro
- Scaloppina di vitello
- Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
<i>Pasta di semola</i>	gr.	40	gr.	50	gr.	80
<i>Passata di pomodoro</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Vitello (noce)</i>	gr.	60	gr.	80	gr.	100
<i>Farina</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Burro</i>	gr.	5	gr.	5	gr.	5
<i>Ortaggi</i>	gr.	70	gr.	100	gr.	150

MERCOLEDÌ

- Pasta con pesto
- Mozzarella o scamorza
- Purè di patate

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
<i>Pasta di semola</i>	gr.	40	gr.	50	gr.	80
<i>Pesto</i>	gr.	15	gr.	20	gr.	30
<i>Mozzarella o scamorza</i>	gr.	50	gr.	60	gr.	80
<i>Patate</i>	gr.	100	gr.	100	gr.	150
<i>Latte parzialmente scremato</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Burro</i>	gr.	5	gr.	5	gr.	5

GIOVEDÌ

- Gnocchi al pomodoro
- Lonza di maiale al forno
- Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
<i>Gnocchi di patate</i>	gr.	80	gr.	100	gr.	160
<i>Passata di pomodoro</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Maiale magro (lonza, arista)</i>	gr.	60	gr.	80	gr.	100
<i>Verdura cotta</i>	gr.	100	gr.	150	gr.	200

VENERDÌ

- Pastina in brodo vegetale
- Bastoncini di merluzzo al forno
- Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
<i>Pasta di semola</i>	gr.	30	gr.	40	gr.	70
<i>Verdure per brodo (carota, sedano..)</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Bastoncini di merluzzo</i>	gr.	n. 2	gr.	n. 3	gr.	n. 4
<i>Insalata di stagione</i>	gr.	30	gr.	50	gr.	50

OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
<i>Pane</i>	gr.	50	gr.	50	gr.	50
<i>Frutta di stagione</i>	gr.	100	gr.	150	gr.	150
<i>Olio extravergine di oliva</i>	gr.	10	gr.	15	gr.	15

**DIPARTIMENTO PREVENZIONE COLLETTIVA
 DELLA SALUTE UMANA**

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione
 Via Ciccotti - POTENZA
 tel. 0971.310323 - 0971.310387 - 0973.48550
 e-mail: sian.potenza@aspbasilicata.it
 pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it
 Direttore f.f. Dr. C. Cufino

COMUNE DI MOLITERNO

MENÙ AUTUNNO - INVERNO

2° Settimana A.S.
 2022-23

LUNEDÌ

Pasta e piselli
 Prosciutto cotto magro
 Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
<i>Pasta di semola</i>	gr.	30	gr.	40	gr.	60
<i>Piselli freschi/surgelati</i>	gr.	60	gr.	90	gr.	120
<i>Prosciutto cotto magro</i>	gr.	30	gr.	40	gr.	40
<i>Verdura cotta</i>	gr.	100	gr.	150	gr.	200

MARTEDÌ

Riso al pomodoro
 Fusi di pollo al forno
 Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
<i>Riso</i>	gr.	40	gr.	50	gr.	80
<i>Passata di pomodoro</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Pollo (fusi, coscia disossata)</i>	gr.	60	gr.	80	gr.	100
<i>Ortaggi</i>	gr.	70	gr.	100	gr.	150

MERCOLEDÌ

Pasta con zucchine
 Frittata
 Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
<i>Pasta di semola</i>	gr.	40	gr.	50	gr.	80
<i>Zucchine</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Uovo</i>	gr.	60	gr.	60	gr.	60
<i>Parmigiano o grana</i>	gr.	5	gr.	5	gr.	5
<i>Insalata di stagione</i>	gr.	30	gr.	50	gr.	50

GIOVEDÌ

Lasagna alla bolognese
 Ricotta
 Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
<i>Sfoglie per lasagna</i>	gr.	50	gr.	60	gr.	90
<i>Passata di pomodoro</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Carne bovina macinata</i>	gr.	20	gr.	30	gr.	40
<i>Ricotta</i>	gr.	100	gr.	100	gr.	120
<i>Verdura cotta</i>	gr.	100	gr.	150	gr.	200

VENERDÌ

Pasta con minestrone o passato di verdure
 Persico con i pomodorini
 Ortaggi

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
<i>Pasta di semola o riso</i>	gr.	40	gr.	50	gr.	80
<i>Verdure di stagione</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Filetti di Persico</i>	gr.	80	gr.	100	gr.	130
<i>Aromi (pomodoro, sedano...)</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Ortaggi</i>	gr.	70	gr.	100	gr.	150

OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
<i>Pane</i>	gr.	50	gr.	50	gr.	50
<i>Frutta di stagione</i>	gr.	100	gr.	150	gr.	150
<i>Olio extravergine di oliva</i>	gr.	10	gr.	15	gr.	15

**DIPARTIMENTO PREVENZIONE COLLETTIVA
DELLA SALUTE UMANA**

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione

Via Ciccotti - POTENZA

tel. 0971.310323 - 0971.310387 - 0973.48550

e-mail: sian.potenza@aspbasilicata.it

pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it

Direttore f.f. Dr. C. Cufino

COMUNE DI MOLITERNO

MENÙ AUTUNNO - INVERNO

3° Settimana A.S.
2022-23

LUNEDÌ

Pasta e lenticchie

Frittata

Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
Pasta di semola	gr.	30	gr.	40	gr.	60
Lenticchie secche	gr.	30	gr.	45	gr.	60
Aromi (pomodoro, sedano...)	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Uovo	gr.	60	gr.	60	gr.	60
Parmigiano o grana	gr.	5	gr.	5	gr.	5
Verdura cotta	gr.	100	gr.	150	gr.	200

MARTEDÌ

Pasta al pomodoro

Cotoletta di pollo

Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
Pasta di semola	gr.	40	gr.	50	gr.	80
Passata di pomodoro	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Petto di pollo	gr.	60	gr.	80	gr.	100
Pangrattato	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Uovo	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Ortaggi	gr.	70	gr.	100	gr.	150

MERCOLEDÌ

Pasta con pesto

Sogliola al forno

Patate al forno

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
Pasta di semola	gr.	40	gr.	50	gr.	80
Pesto	gr.	15	gr.	20	gr.	30
Filetti di sogliola	gr.	80	gr.	100	gr.	130
Pangrattato, aromi...	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Patate	gr.	100	gr.	100	gr.	150

GIOVEDÌ

Pasta al pomodoro

Mozzarella

Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
Pasta di semola	gr.	40	gr.	50	gr.	80
Passata di pomodoro	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Mozzarella	gr.	50	gr.	60	gr.	80
Ortaggi	gr.	70	gr.	100	gr.	150

VENERDÌ

Pastina in brodo vegetale

Bastoncini di merluzzo al forno

Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
Pasta di semola	gr.	30	gr.	40	gr.	70
Verdure per brodo (carota, sedano..)	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Bastoncini di merluzzo	gr.	n. 2	gr.	n. 3	gr.	n. 4
Insalata di stagione	gr.	30	gr.	50	gr.	50

OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
Pane	gr.	50	gr.	50	gr.	50
Frutta di stagione	gr.	100	gr.	150	gr.	150
Olio extravergine di oliva	gr.	10	gr.	15	gr.	15

**DIPARTIMENTO PREVENZIONE COLLETTIVA
DELLA SALUTE UMANA**

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione
Via Ciccotti - POTENZA
tel. 0971.310323 – 0971.310387 – 0973.48550
e-mail: sian.potenza@aspbasilicata.it
pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it
Direttore f.f. Dr. C. Cufino

COMUNE DI MOLITERNO

MENÙ AUTUNNO - INVERNO

4° Settimana A.S.
2022-23

LUNEDÌ

Pasta e ceci
Prosciutto cotto magro
Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
Pasta di semola	gr.	30	gr.	40	gr.	60
Ceci secchi	gr.	30	gr.	45	gr.	60
Prosciutto cotto magro	gr.	30	gr.	40	gr.	40
Verdura cotta	gr.	100	gr.	150	gr.	200

MARTEDÌ

Riso al pomodoro
Scaloppina al limone
Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
Riso	gr.	40	gr.	50	gr.	80
Passata di pomodoro	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Burro	gr.	5	gr.	5	gr.	5
Farina, limone	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Vitello magro	gr.	60	gr.	80	gr.	100
Ortaggi	gr.	70	gr.	100	gr.	150

MERCOLEDÌ

Lasagna alle verdure
Frittata
Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
Sfoglie per lasagna	gr.	50	gr.	60	gr.	90
Zucchine, melanzane, ...	gr.	30	gr.	40	gr.	50
Burro	gr.	5	gr.	5	gr.	5
Farina	gr.	5	gr.	5	gr.	5
Latte	gr.	5	gr.	5	gr.	5
Uovo	gr.	60	gr.	60	gr.	60
Parmigiano o grana	gr.	5	gr.	5	gr.	5
Insalata di stagione	gr.	30	gr.	50	gr.	50

GIOVEDÌ

Gnocchi pomodoro
Ricotta
Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
Gnocchi	gr.	40	gr.	50	gr.	80
Passata di pomodoro	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Ricotta	gr.	100	gr.	100	gr.	120
Verdura cotta	gr.	100	gr.	150	gr.	200

VENERDÌ

Pasta con passato di verdure
Nasello al forno gratinato
Ortaggi

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
Pasta di semola	gr.	40	gr.	50	gr.	80
Verdure di stagione	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Filetti di Nasello	gr.	80	gr.	100	gr.	130
Pangrattato	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Ortaggi	gr.	70	gr.	100	gr.	150

OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
Pane	gr.	50	gr.	50	gr.	50
Frutta di stagione	gr.	100	gr.	150	gr.	150
Olio extravergine di oliva	gr.	10	gr.	15	gr.	15

**DIPARTIMENTO PREVENZIONE COLLETTIVA
DELLA SALUTE UMANA**

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione

Via Ciccotti - POTENZA

tel. 0971.310323 – 0971.310387 – 0973.48550

e-mail: sian.potenza@aspbasilicata.it

pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it

Direttore f.f. Dr. C. Cufino

COMUNE DI MOLITERNO

MENÙ AUTUNNO - INVERNO

1° Settimana A.S.
2022-23

LUNEDÌ

Pasta e fagioli

Frittata

Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
Pasta di semola	gr.	30	gr.	40	gr.	60
Fagioli secchi	gr.	30	gr.	45	gr.	60
Aromi (pomodoro, sedano...)	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Uovo	gr.	60	gr.	60	gr.	60
Parmigiano o grana	gr.	5	gr.	5	gr.	5
Verdura cotta	gr.	100	gr.	150	gr.	200

MARTEDÌ

Pasta al pomodoro

Scaloppina di vitello

Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
Pasta di semola	gr.	40	gr.	50	gr.	80
Passata di pomodoro	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Vitello (noce)	gr.	60	gr.	80	gr.	100
Farina	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Burro	gr.	5	gr.	5	gr.	5
Ortaggi	gr.	70	gr.	100	gr.	150

MERCOLEDÌ

Pasta con pesto

Mozzarella o scamorza

Porè di patate

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
Pasta di semola	gr.	40	gr.	50	gr.	80
Pesto	gr.	15	gr.	20	gr.	30
Mozzarella o scamorza	gr.	50	gr.	60	gr.	80
Patate	gr.	100	gr.	100	gr.	150
Latte parzialmente scremato	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Burro	gr.	5	gr.	5	gr.	5

GIOVEDÌ

Gnocchi al pomodoro

Lonza di maiale al forno

Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
Gnocchi di patate	gr.	80	gr.	100	gr.	160
Passata di pomodoro	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Maiale magro (lonza, arista)	gr.	60	gr.	80	gr.	100
Verdura cotta	gr.	100	gr.	150	gr.	200

VENERDÌ

Pastina in brodo vegetale

Bastoncini di merluzzo al forno

Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
Pasta di semola	gr.	30	gr.	40	gr.	70
Verdure per brodo (carota, sedano...)	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Bastoncini di merluzzo	gr.	n. 2	gr.	n. 3	gr.	n. 4
Insalata di stagione	gr.	30	gr.	50	gr.	50

OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
Pane	gr.	50	gr.	50	gr.	50
Frutta di stagione	gr.	100	gr.	150	gr.	150
Olio extravergine di oliva	gr.	10	gr.	15	gr.	15

**DIPARTIMENTO PREVENZIONE COLLETTIVA
DELLA SALUTE UMANA**

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione
Via Ciccotti - POTENZA
tel. 0971.310323 - 0971.310387 - 0973.48550
e-mail: sian.potenza@aspbasilicata.it
pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it
Direttore ff. Dr. C. Cufino

COMUNE DI MOLITERNO

MENÙ AUTUNNO - INVERNO

2° Settimana A.S.
2022-23

LUNEDÌ

Pasta e piselli
Prosciutto cotto magro
Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
<i>Pasta di semola</i>	gr.	30	gr.	40	gr.	60
<i>Piselli freschi/surgelati</i>	gr.	60	gr.	90	gr.	120
<i>Prosciutto cotto magro</i>	gr.	30	gr.	40	gr.	40
<i>Verdura cotta</i>	gr.	100	gr.	150	gr.	200

MARTEDÌ

Riso al pomodoro
Fusi di pollo al forno
Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
<i>Riso</i>	gr.	40	gr.	50	gr.	80
<i>Passata di pomodoro</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Pollo (fusi, coscia disossata)</i>	gr.	60	gr.	80	gr.	100
<i>Ortaggi</i>	gr.	70	gr.	100	gr.	150

MERCOLEDÌ

Pasta con zucchine
Frittata
Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
<i>Pasta di semola</i>	gr.	40	gr.	50	gr.	80
<i>Zucchine</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Uovo</i>	gr.	60	gr.	60	gr.	60
<i>Parmigiano o grana</i>	gr.	5	gr.	5	gr.	5
<i>Insalata di stagione</i>	gr.	30	gr.	50	gr.	50

GIOVEDÌ

Lasagna alla bolognese
Ricotta
Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
<i>Sfoglie per lasagna</i>	gr.	50	gr.	60	gr.	90
<i>Passata di pomodoro</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Carne bovina macinata</i>	gr.	20	gr.	30	gr.	40
<i>Ricotta</i>	gr.	100	gr.	100	gr.	120
<i>Verdura cotta</i>	gr.	100	gr.	150	gr.	200

VENERDÌ

Pasta con minestrone o passato di verdure
Persico con i pomodorini
Ortaggi

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
<i>Pasta di semola o riso</i>	gr.	40	gr.	50	gr.	80
<i>Verdure di stagione</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Filetti di Persico</i>	gr.	80	gr.	100	gr.	130
<i>Aromi (pomodoro, sedano...)</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Ortaggi</i>	gr.	70	gr.	100	gr.	150

OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
<i>Pane</i>	gr.	50	gr.	50	gr.	50
<i>Frutta di stagione</i>	gr.	100	gr.	150	gr.	150
<i>Olio extravergine di oliva</i>	gr.	10	gr.	15	gr.	15

**DIPARTIMENTO PREVENZIONE COLLETTIVA
DELLA SALUTE UMANA**

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione

Via Ciccotti - POTENZA

tel. 0971.310323 - 0971.310387 - 0973.48550

e-mail: sian.potenza@aspbasilicata.it

pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it

Direttore f.f. Dr. C. Cufino

COMUNE DI MOLITERNO

MENÙ AUTUNNO - INVERNO

3° Settimana A.S.
2022-23

LUNEDÌ

Pasta e lenticchie

Frittata

Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
Pasta di semola	gr.	30	gr.	40	gr.	60
Lenticchie secche	gr.	30	gr.	45	gr.	60
Aromi (pomodoro, sedano...)	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Uovo	gr.	60	gr.	60	gr.	60
Parmigiano o grana	gr.	5	gr.	5	gr.	5
Verdura cotta	gr.	100	gr.	150	gr.	200

MARTEDÌ

Pasta al pomodoro

Cotoletta di pollo

Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
Pasta di semola	gr.	40	gr.	50	gr.	80
Passata di pomodoro	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Petto di pollo	gr.	60	gr.	80	gr.	100
Pangrattato	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Uovo	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Ortaggi	gr.	70	gr.	100	gr.	150

MERCOLEDÌ

Pasta con pesto

Sogliola al forno

Patate al forno

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
Pasta di semola	gr.	40	gr.	50	gr.	80
Pesto	gr.	15	gr.	20	gr.	30
Filetti di sogliola	gr.	80	gr.	100	gr.	130
Pangrattato, aromi...	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Patate	gr.	100	gr.	100	gr.	150

GIOVEDÌ

Pasta al pomodoro

Mozzarella

Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
Pasta di semola	gr.	40	gr.	50	gr.	80
Passata di pomodoro	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Mozzarella	gr.	50	gr.	60	gr.	80
Ortaggi	gr.	70	gr.	100	gr.	150

VENERDÌ

Pastina in brodo vegetale

Bastoncini di merluzzo al forno

Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
Pasta di semola	gr.	30	gr.	40	gr.	70
Verdure per brodo (carota, sedano..)	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Bastoncini di merluzzo	gr.	n. 2	gr.	n. 3	gr.	n. 4
Insalata di stagione	gr.	30	gr.	50	gr.	50

OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
Pane	gr.	50	gr.	50	gr.	50
Frutta di stagione	gr.	100	gr.	150	gr.	150
Olio extravergine di oliva	gr.	10	gr.	15	gr.	15

**DIPARTIMENTO PREVENZIONE COLLETTIVA
 DELLA SALUTE UMANA**
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione

Via Ciccotti - POTENZA

tel. 0971.310323 - 0971.310387 - 0973.48550

e-mail: sian.potenza@aspbasilicata.it

pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it

Direttore f.f. Dr. C. Cufino

COMUNE DI MOLITERNO
MENÙ AUTUNNO - INVERNO

 4° Settimana A.S.
 2022-23

LUNEDÌ

Pasta e ceci

Prosciutto cotto magro

Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
<i>Pasta di semola</i>	gr.	30	gr.	40	gr.	60
<i>Ceci secchi</i>	gr.	30	gr.	45	gr.	60
<i>Prosciutto cotto magro</i>	gr.	30	gr.	40	gr.	40
<i>Verdura cotta</i>	gr.	100	gr.	150	gr.	200

MARTEDÌ

Riso al pomodoro

Scaloppina al limone

Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
<i>Riso</i>	gr.	40	gr.	50	gr.	80
<i>Passata di pomodoro</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Burro</i>	gr.	5	gr.	5	gr.	5
<i>Farina, limone</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Vitello magro</i>	gr.	60	gr.	80	gr.	100
<i>Ortaggi</i>	gr.	70	gr.	100	gr.	150

MERCOLEDÌ

Lasagna alle verdure

Frittata

Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
<i>Sfoglie per lasagna</i>	gr.	50	gr.	60	gr.	90
<i>Zucchine, melanzane, ...</i>	gr.	30	gr.	40	gr.	50
<i>Burro</i>	gr.	5	gr.	5	gr.	5
<i>Farina</i>	gr.	5	gr.	5	gr.	5
<i>Latte</i>	gr.	5	gr.	5	gr.	5
<i>Uovo</i>	gr.	60	gr.	60	gr.	60
<i>Parmigiano o grana</i>	gr.	5	gr.	5	gr.	5
<i>Insalata di stagione</i>	gr.	30	gr.	50	gr.	50

GIOVEDÌ

Gnocchi pomodoro

Ricotta

Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
<i>Gnocchi</i>	gr.	40	gr.	50	gr.	80
<i>Passata di pomodoro</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Ricotta</i>	gr.	100	gr.	100	gr.	120
<i>Verdura cotta</i>	gr.	100	gr.	150	gr.	200

VENERDÌ

Pasta con passato di verdure

Nasello al forno gratinato

Ortaggi

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
<i>Pasta di semola</i>	gr.	40	gr.	50	gr.	80
<i>Verdure di stagione</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Filetti di Nasello</i>	gr.	80	gr.	100	gr.	130
<i>Pangrattato</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Ortaggi</i>	gr.	70	gr.	100	gr.	150

OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

	INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
<i>Pane</i>	gr.	50	gr.	50	gr.	50
<i>Frutta di stagione</i>	gr.	100	gr.	150	gr.	150
<i>Olio extravergine di oliva</i>	gr.	10	gr.	15	gr.	15