

MENU' SCUOLA INFANZIA E PRIMARIA DEL COMUNE DI ONIFERI : AUTUNNO/INVERNO

	1^ settimana	2^ settimana	3^ settimana	4^ settimana	5^ settimana
Lunedì	Pasta al tonno (3) o con verdure (1)	Pizza (4)*	Pasta con panna e prosciutto cotto (1)	Pasta al pesto (1) o pasta olio e formaggio (1)	Risotto al sugo (9)
	Filetto di pesce panato (26)	Prosciutto cotto (21)	Frittata al forno o uovo (24)	Filetto di pesce panato (26)	Formaggio dolce (22)
	Insalata mista Pane Frutta	insalata frutta	insalata Pane frutta	Verdure cotte Pane frutta	Verdure cotte Pane frutta
Martedì	Pasta al sugo (2)	Risotto allo zafferano (10)	Ravioli di ricotta o di formaggio al sugo (7)	Pasta al sugo (2)	Crema di zucca o altra verdura di stagione con crostini (16)
	Formaggio dolce (22)	Filetto di pesce panato (26)	Formaggio dolce (22)	Prosciutto cotto (21)	Filetto di pesce panato (26)
	Verdure cotte Pane Frutta	Insalata mista Pane Frutta	Insalata Pane Frutta	insalata Pane Frutta	patate Pane frutta
Mercoledì	Minestra in brodo vegetale (13)	Pasta in bianco (1)	Gnocchetti sardi al sugo (2)	Minestra in brodo vegetale (13)	Pasta in bianco (1)
	Pollo arrosto (17)	Cotoletta al forno (20)	Bocconcini di bovino in umido (17)	Hamburger (18)	Fettine di maiale in umido o alla pizzaiola (17)
	patate Pane frutta	insalata Pane Frutta	insalata Pane Frutta	patate Pane Frutta	insalata Pane Frutta
Giovedì	Risotto alla zucca (11) o al sugo (9)	Pasta al sugo (2)	Risotto alla parmigiana (11)	Risotto allo zafferano (10)	Pasta al sugo (2)
	Frittata al forno o uovo (24)	Formaggio (22)	Filetto di pesce panato (26)	Frittata al forno o uovo (24)	Sformato di patate (25)
	Insalata verde Pane Frutta	Verdure cotte Pane Frutta	Verdure cotte Pane Frutta	insalata Pane Frutta	Insalata mista Pane Frutta
Venerdì	Pasta in bianco (1)	Minestra in brodo di carne con fregola (14)	Minestra in brodo vegetale (13)	Pasta al sugo (2)	Pasta al pesto o in bianco (1)
	Polpette in umido (18)	Arista al forno (17)	Pollo arrosto (17)	Cotoletta di pollo (20)	Straccetti di pollo in umido (17)
	Insalata mista Pane Frutta	patate Pane Frutta	patate Pane Frutta	insalata Pane Frutta	insalata Pane Frutta

I numeri a fianco ai piatti fanno riferimento al ricettario di seguito. * nella grammatura della pizza è compreso il pane.

La frutta e la verdura dovranno essere alternate nella tipologia. Il formato della pasta dovrà essere differente di volta in volta.

In caso di richiesta di pasti per celiachia e/o altre allergie o intolleranze alimentari si provvederà a proporre menù formulati con alimenti che non contengono la/e sostanze da escludere e la cui preparazione seguirà specifiche linee di produzione e preparazione



25/09/24

MENU' SCUOLA INFANZIA E PRIMARIA DEL COMUNE DI ONIFERI : PRIMAVERA/ESTATE

	1 ^a settimana	2 ^a settimana	3 ^a settimana	4 ^a settimana	5 ^a settimana
Lunedì	Pasta al sugo con tonno (3)	Pizza (4)*	Pasta al sugo (2)	Pasta al tonno o sgombrò (3)	Risotto allo zafferano (10)
	Filetto di pesce panato (27)	Prosciutto cotto (21)	Formaggio dolce (22)	Filetto di pesce panato (27)	Prosciutto cotto (21)
	Insalata mista	Insalata	insalata	insalata	Verdure cotte
	Pane	frutta	Pane	Pane	Pane
	Frutta		frutta	frutta	frutta
Martedì	Risotto alla parmigiana (11)	Risotto allo zafferano (10)	Minestra in brodo vegetale (13)	Risotto al sugo (9)	Crema di verdure estive con crostini (16)
	Formaggio dolce o mozzarella (22)	Filetto di pesce panato (27)	Filetto di pesce panato (27)	formaggio dolce (22)	Filetto di pesce panato (27)
	Insalata	Verdure cotte	patate	Verdure cotte	patate
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	frutta
Mercoledì	Pasta al sugo (2)	Pasta in bianco (1)	Pasta con panna e prosciutto cotto (1)	Minestra in brodo vegetale (13)	Pasta al sugo (2)
	Hamburger o Polpette (18)	bocconcini di bovino in umido (17)	Cotoletta di pollo (20)	Pollo arrosto (17)	Arista al forno (17)
	Insalata	Insalata mista	insalata	patate	insalata
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
Giovedì	Pasta al pesto (1) o in bianco (1)	Ravioli di ricotta o al formaggio al sugo (7)	Risotto alla parmigiana (11)	Gnocchetti sardi al sugo (2)	Ravioli di ricotta o al formaggio al sugo (7)
	Frittata al forno o uovo (24)	Formaggio (22)	Frittata al forno o uovo (24)	Filetto di pesce panato (27)	Formaggio dolce (22)
	Verdure cotte	Insalata	Verdure cotte	insalata	Verdure cotte
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
Venerdì	Minestra in brodo vegetale (13)	Crema di verdure estive con crostini (16)	Pasta al sugo (2)	Pasta al pesto (1)	Pasta in bianco (1)
	Pollo arrosto (17)	Straccetti di pollo in umido (17)	Hamburger o polpette (18)	Fettine in umido (17)	Cotoletta al forno (20)
	patate	patate	insalata	insalata	Insalata mista
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta

I numeri a fianco ai piatti fanno riferimento al ricettario di seguito. * nella grammatura della pizza è compreso il pane.

La frutta e la verdura dovranno essere alternate nella tipologia. Il formato della pasta dovrà essere differente di volta in volta.

In caso di richiesta di pasti per celiachia e/o altre allergie o intolleranze alimentari si provvederà a proporre menù formulati con alimenti che non contengono la/le sostanze da escludere e la cui preparazione seguirà specifiche linee di produzione e preparazione



25/05/24

MENU' SCUOLA SECONDARIA DI I° DEL COMUNE DI ONIFERI : AUTUNNO/INVERNO

	1^ settimana	2^ settimana	3^ settimana	4^ settimana	5^ settimana
Lunedì	Pasta al sugo con tonno (3)	Pizza (4)*	Tortellini con panna e prosciutto (8)	Pasta al pesto (1) o pasta olio e formaggio (1)	Risotto al sugo (9)
	Filetto di pesce panato (26)	Prosciutto cotto (21)	Frittata al forno o uovo (24)	Filetto di pesce panato (26)	Formaggio dolce (22)
	Insalata mista Pane Frutta	Insalata frutta	insalata Pane frutta	Verdure cotte Pane Frutta	Verdure cotte Pane frutta
Mercoledì	Pasta al pesto o in bianco (1)	Pasta in bianco (1)	Ravioli di ricotta o di formaggio al sugo (7)	Pasta alla amatriciana (2)	Pasta in bianco (1)
	Pollo arrosto (17)	Cotoletta al forno (20)	Bocconcini di bovino in umido (17)	Hamburger (18)	Fettina di maiale alla pizzaiola (17)
	insalata pane frutta	insalata Pane Frutta	insalata Pane Frutta	Verdure grigliate Pane Frutta	insalata Pane Frutta

MENU' SCUOLA SECONDARIA DI I° DEL COMUNE DI ONIFERI : PRIMAVERA/ESTATE

	1^ settimana	2^ settimana	3^ settimana	4^ settimana	5^ settimana
Lunedì	Pasta al tonno (1)	Pizza (4)*	Ravioli di ricotta o formaggio al sugo (7)	Pasta con tonno o sgombrò (1)	Risotto allo zafferano (10)
	Filetto di pesce panato (27)	Prosciutto cotto (21)	Formaggio dolce (22)	Filetto di pesce panato (27)	Frittata al forno o uovo (24)
	Insalata mista Pane Frutta	insalata frutta	insalata Pane frutta	insalata Pane frutta	Verdure cotte Pane frutta
Mercoledì	Pasta al sugo (2)	Pasta al pesto (1) o in bianco (1)	Pasta con panna e prosciutto (1)	Pasta al sugo (2)	Gnocchetti sardi al sugo (2)
	Hamburger o polpette (18))	Bocconcini di bovino in umido (17)	Cotoletta di pollo (20)	Pollo arrosto (17)	Arista (17)
	Insalata Pane frutta	Insalata mista Pane Frutta	Verdure cotte pane Frutta	Verdure grigliate Pane Frutta	insalata Pane Frutta

I numeri a fianco ai piatti fanno riferimento al ricettario di seguito. * nella grammatura della pizza è compreso il pane. La frutta e la verdura dovranno essere alternate nella tipologia. Il formato della pasta dovrà essere differente di volta in volta.

In caso di richiesta di pasti per celiachia e/o altre allergie o intolleranze alimentari si provvederà a proporre menù formulati con alimenti che non contengono la/le sostanze da escludere e la cui preparazione seguirà specifiche linee di produzione e preparazione



25/05/24

Tabella delle grammature al netto degli scarti a crudo e Elenco degli Allergeni (allegato 2 del Regolamento UE 1169/2011)

RICETTA	Infanzia	Primaria	Secondaria 1°	ALLERGENI PRESENTI
	Grammi/alunno	Grammi/alunno	Grammi/alunno	
1) Pasta in bianco o al pesto o con verdure o con panna e prosciutto cotto				
Pasta	50/60	70/80	80/100	<i>glutine</i>
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	6/7	
Se con : pesto	q.b.	q.b.	q.b.	<i>Latte, frutta a guscio (noci. Anacardi)</i>
Se con : verdure (zucchine, melanzane) aromi (cipolla, aglio, prezzemolo, basilico)	30	40	50	
Se con : panna	20	25	30	
Se con: Prosciutto cotto a dadini senza glutine, polifosfati e lattosio	q.b.	q.b.	q.b.	<i>Latte</i>
Grana Padano DOP	6/7	7/8	8/9	<i>Latte - uova</i>
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
2) Pasta al sugo o Pasta all'amatriciana				
Pasta	50/60	70/80	80/100	<i>Glutine</i>
Pomodori pelati	65/90	80/110	90/130	
Carote, sedano, cipolla	10	15	15	<i>Sedano</i>
Se amatriciana: pancetta a cubetti	20	25	30	
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	6/7	
Grana Padano DOP	6/7	7/8	8/9	<i>Latte - uova</i>
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
3) Pasta con il tonno				
Pasta	50/60	70/80	80/100	<i>Glutine</i>
Tonno	20/25	25/30	30/35	<i>pesce</i>
Se in rosso: pomodori pelati	65/90	80/110	90/130	
Aromi: cipolla, prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	6/7	
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
4) Pizza				
trancio a crudo	90/100	120/130/	150/160	<i>Glutine</i>
Pomodori pelati	q.b.	q.b.	q.b.	
Mozzarella	30	30	40	<i>Latte</i>
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	6/7	
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	
7) Ravioli di ricotta o di formaggio al sugo				
Ravioli ripieni con ricotta e spinaci o Ravioli di Formaggio o Culurgiones di patate	120	140	160	<i>Glutine- latte-uova</i>
Pomodori pelati	65/90	80/110	90/130	
Carote, sedano, cipolla	10	15	15	<i>sedano</i>
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	6/7	
Grana Padano DOP	6/7	7/8	8/9	<i>Latte - uova</i>
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
8) Tortellini con panna e prosciutto				
Se : Tortellini secchi	60/70	70/80	90/100	<i>Glutine- uova - latte</i>
Se: Tortellini freschi	80/90	100/120	120/140	<i>Glutine- uova - latte</i>
Prosciutto cotto a dadini senza glutine, polifosfati e lattosio	20	25	30	
Panna	q.b.	q.b.	q.b.	<i>Latte</i>
cipolla	10	15	15	<i>sedano</i>
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	6/7	
Grana Padano DOP	6/7	7/8	8/9	<i>Latte - uova</i>
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	



25/09/24

RICETTA	Infanzia	Primaria	Secondaria 1°	ALLERGENI PRESENTI
	Grammi/alunno	Grammi/alunno	Grammi/alunno	
9) Risotto al sugo				
Riso	50/60	70/80	80/100	
Pomodori pelati	65/90	80/110	90/130	
Grana Padano DOP	6/7	7/8	8/9	Latte - uova
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	6/7	
Aromi: basilico	q.b.	q.b.	q.b.	
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
10) Risotto allo zafferano				
Riso	50/60	70/80	80/100	
Grana Padano DOP	6/7	7/8	8/9	Latte - uova
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	6/7	
Se con: Zafferano	q.b.	q.b.	q.b.	
Brodo vegetale (cipolla, sedano, carota, pomodoro, prezzemolo, basilico)	q.b.	q.b.	q.b.	sedano
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
11) Risotto alla parmigiana				
Riso	50/60	70/80	80/100	
Grana Padano DOP	6/7	7/8	8/9	Latte - uova
Burro	5	5	10	latte
Olio extra vergine di oliva	4	5	5	
Cipolla	4/5	5/6	6/7	
Brodo vegetale (cipolla, sedano, carota, pomodoro, prezzemolo, basilico)	q.b.	q.b.	q.b.	sedano
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
13) Minestra in brodo vegetale				
Pasta	25/30	35/40	40/50	glutine
Brodo vegetale (cipolla, sedano, carota, pomodoro, prezzemolo, basilico, patate) e orzo	30	35	45	sedano
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	6/7	
Sale marino iodato e aromi	q.b.	q.b.	q.b.	
14) Minestra in brodo di carne				
Pasta (fregola)	25/30	35/40	40/50	Glutine
Carne di manzo e pollo	60	80	120	
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	6/7	
Brodo vegetale (cipolla, sedano, carota, pomodoro, prezzemolo, basilico, patate)	30	35	40	sedano
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
16) crema o vellutata di verdure				
Zucchine o carote o zucca	100	110	120	
Patate	10	25	30	
Cipolla, prezzemolo o basilico	4/5	5/6	6/7	
Olio extra vergine di oliva	3	4	5	
Sale marino iodato e aromi	q.b.	q.b.	q.b.	
17) Carne arrosto, in umido o alla pizzaiola				
Carne di pollo/arista/manzo/vitello	50/60	60/70	70/80	
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	6/7	
Se alla pizzaiola: pomodori pelati	20	25	30	
Sale marino iodato e aromi (rosmarino, salvia, prezzemolo, cipolla, aglio)	q.b.	q.b.	q.b.	
18) Polpette al sugo o al forno - hamburger				
Carne macinata di vitello	50/60	60/70	70/80	
Uova cat. A	¼ di 1	½ di 1	½ di 1	Uova
se al sugo Pomodori pelati	20	25	30	
Pane grattugiato	q.b.	q.b.	q.b.	glutine
Olio extra vergine di oliva	q.b.	q.b.	q.b.	
Grana Padano DOP	6/7	7/8	8/9	Latte - uova
Sale marino iodato e aromi (prezzemolo, cipolla, aglio)	q.b.	q.b.	q.b.	

25/09/24



RICETTA	Infanzia	Primaria	Secondaria 1°	ALLERGENI PRESENTI
	Grammi/alunno	Grammi/alunno	Grammi/alunno	
19) Carne lessa				
Carne di manzo e/o pollo	50/60	60/70	70/80	
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	6/7	
Sale marino iodato e aromi (prezzemolo, cipolla, carota, sedano, pomodoro)	q.b.	q.b.	q.b.	sedano
20) Cotoletta				
Carne di pollo	50/60	60/70	70/80	
Uova	q.b.	q.b.	q.b.	uova
Pane grattugiato	30	30	30	glutine
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	6/7	
Sale marino iodato e aromi	q.b.	q.b.	q.b.	
21) Prosciutto cotto				
Prosciutto cotto di coscia suina senza polifosfati o conservanti, senza glutine e lattosio	25/30	30/35	35/40	
22) Formaggio (tipici, locali o a filiera corta)				
Formaggio dolce sardo- casizolu	50/60	60/70	80/100	latte
Mozzarella – ricotta	40/50	70/80	80	latte
24) frittata al forno				
Uova	40	60	70	uova
Latte	q.b.	q.b.	q.b.	Latte
farina	q.b.	q.b.	q.b.	glutine
Grana Padano DOP	6/7	7/8	8/9	Latte - uova
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
25) Sformato/Crocchette di patate e prosciutto cotto				
Patate	30/40	40/50	60/70	
Uova	1	1	1.	uova
Prosciutto cotto senza glutine, lattosio e polifosfati	20	25	30	
Grana Padano DOP	6/7	7/8	8/9	Latte - uova
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
26) Filetti di pesce impanato al forno				
Merluzzo, Platessa, nasello	60/70	80/100	100/150	Pesce,uova, latte,soia, sedano,senape molluschi
Olio extra vergine d'oliva	4/5	5/6	6/7	
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
Verdure da fare cotte				
Bietole, spinaci, fagiolini, carote, piselli. Di stagione o surgelate	100	150/200	200/250	
patate	100/120	140/160	180/200	
Olio extra vergine d'oliva	4/5	5/6	6/7	
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
Verdure crude				
Insalata verde, coppettone, lattuga	40	50	60	
pomodori, carote, finocchi	100	150/200	200/250	
Olio extra vergine d'oliva	4/5	5/6	6/7	
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	q.b.	
Pane				
Pane*	40	50	60	glutine
Frutta				
Mele, Arance, Pere, Banane, Mandaranci, Mandarini, Melone, Anguria	150	150/200	200	

- Nel menù Pizza non bisogna somministrare il pane , in quanto compreso nella grammatura della pizza

25/09/24

