



scuola infanzia piano alimentare (TABELLA NUTRIZIONALE)

SCUOLA INFANZIA

1° Giorno

Pranzo

	Pasta - Riso (media)	50 g
	Pomodori - maturi	100 g
	Olio di oliva extravergine	1 Cucchiaino 5 g
	Pollo - fuso senza pelle	70 g
	Bieta	100 g
	Patate	150 g
	Arance	100 g
	Olio di oliva extravergine	1 Cucchiaino 5 g
	Olio di oliva extravergine	1 Cucchiaino 5 g



scuola infanzia piano alimentare (TABELLA NUTRIZIONALE)

SCUOLA INFANZIA

2° Giorno

Pranzo

	Pasta - Riso (media)	40 g
	Lenticchie	1 Cucchiaino 30 g
	Olio di oliva extravergine	1 Cucchiaino 5 g
	Orata filetti	50 g
	Carote	50 g
	Pane (media)	30 g
	Mele	100 g
	Olio di oliva extravergine	1 Cucchiaino 5 g
	Olio di oliva extravergine	1 Cucchiaino 5 g



scuola infanzia piano alimentare (TABELLA NUTRIZIONALE)

SCUOLA INFANZIA

3° Giorno

Pranzo

	Pasta - Riso (media)	50 g
	Broccolo a testa	100 g
	Olio di oliva extravergine	1 Cucchiaino 10 g
	Maiale - carne magra	50 g
	Insalata mista	80 g
	Pane (media)	30 g
	Banane	80 g
	Olio di oliva extravergine	1 Cucchiaino 5 g
	Olio di oliva extravergine	1 Cucchiaino 5 g



scuola infanzia piano alimentare (TABELLA NUTRIZIONALE)

SCUOLA INFANZIA

4° Giorno

Pranzo

	Riso - Parboiled	2 Cucchiaini e Mezzo 50 g
	Parmigiano grattugiato	1 Cucchiaino 5 g
	Olio di oliva extravergine	1 Cucchiaino 5 g
	Polpette di tacchino	60 g
	Scarola	50 g
	Pane (media)	40 g
	Clementine	100 g
	Olio di oliva extravergine	1 Cucchiaino 5 g
	Olio di oliva extravergine	1 Cucchiaino 5 g



scuola infanzia piano alimentare (TABELLA NUTRIZIONALE)

SCUOLA INFANZIA

5° Giorno

Pranzo



Pasta - Riso (media)

50 g



[IG:35] Salsa di pomodoro, passata di
pomodoro (se

30 g



Vitello - magro

30 g



Olio di oliva extravergine

1 Cucchiaino 5 g



Cavolfiore

100 g



[IG:30] Formaggio fresco, ricotta**

50 g



Pere

100 g



Pane (media)

40 g



Olio di oliva extravergine

1 Cucchiaino 10 g



scuola infanzia piano alimentare (TABELLA NUTRIZIONALE)

SCUOLA INFANZIA

6° Giorno

Pranzo

	Pasta all'uovo - secca	50 g
	Zucca gialla	50 g
	Olio di oliva extravergine	1 Cucchiaino 5 g
	Frittata	70 g
	Bieta	70 g
	Patate	70 g
	Banane	100 g
	Olio di oliva extravergine	1 Cucchiaino 5 g
	Olio di oliva extravergine	1 Cucchiaino 5 g



scuola infanzia piano alimentare (TABELLA NUTRIZIONALE)

SCUOLA INFANZIA

7° Giorno

Pranzo

	Pasta - Riso (media)	40 g
	Minestrone (media)	50 g
	Olio di oliva extravergine	1 Cucchiaino 5 g
	SMerluzzo bastoncini di pesce surgelati	60 g
	Insalata mista	80 g
	Pane (media)	30 g
	Mele	100 g
	Olio di oliva extravergine	1 Cucchiaino 5 g
	Olio di oliva extravergine	1 Cucchiaino 5 g



scuola infanzia piano alimentare (TABELLA NUTRIZIONALE

SCUOLA INFANZIA)

8° Giorno

Pranzo



Pizza - con pomodoro

100 g



Mozzarella di vacca

50 g



Prosciutto cotto

40 g



Lattuga

50 g



Olio di oliva extravergine

1 Cucchiaino 5 g



Clementine

100 g



Olio di oliva extravergine

1 Cucchiaino 5 g



scuola infanzia piano alimentare (TABELLA NUTRIZIONALE)

SCUOLA INFANZIA

9° Giorno

Pranzo



Pasta - Riso (media)

50 g



[IG:15] Pesto

15 g



Olio di oliva extravergine

1 Cucchiaino 5 g



Pollo - petto

50 g



Spinaci

70 g



Pane (media)

40 g



Pere

100 g



Olio di oliva extravergine

1 Cucchiaino 5 g



Olio di oliva extravergine

1 Cucchiaino 5 g



scuola infanzia piano alimentare (TABELLA NUTRIZIONALE)

SCUOLA INFANZIA

10° Giorno

Pranzo



Tortellini - secchi

50 g



Olio di oliva extravergine

Tre quarti di Cucchiaino 4 g



Fior di latte

40 g



Scarola

50 g



Pane (media)

50 g



Mele

100 g



Olio di oliva extravergine

Tre quarti di Cucchiaino 4 g



scuola infanzia piano alimentare (TABELLA NUTRIZIONALE)

SCUOLA INFANZIA

11° Giorno

Pranzo

	Riso - Parboiled	2 Cucchiari 40 g
	Ceci	1 Cucchiaino 30 g
	Olio di oliva extravergine	Tre quarti di Cucchiaino 4 g
	Prosciutto cotto	40 g
	Insalata mista	80 g
	Pane (media)	40 g
	Arance	100 g
	Olio di oliva extravergine	Tre quarti di Cucchiaino 4 g
	Olio di oliva extravergine	Tre quarti di Cucchiaino 4 g



scuola infanzia piano alimentare (TABELLA NUTRIZIONALE)

SCUOLA INFANZIA

12° Giorno

Pranzo



Pasta all'uovo - secca 50 g



[IG:35] Salsa di pomodoro, passata di pomodoro (se 50 g



Olio di oliva extravergine 1 Cucchiaino 5 g



Merluzzo al limone 60 g



Pane (media) 40 g



Banane 100 g



Olio di oliva extravergine 1 Cucchiaino 5 g



Olio di oliva extravergine 1 Cucchiaino 5 g



scuola infanzia piano alimentare (TABELLA NUTRIZIONALE)

SCUOLA INFANZIA

13° Giorno

Pranzo

	Pasta - Riso (media)	50 g
	Cavolfiore	130 g
	Olio di oliva extravergine	1 Cucchiaino 5 g
	Hamburger	50 g
	Finocchi	70 g
	Pane (media)	40 g
	Mele	100 g
	Olio di oliva extravergine	1 Cucchiaino 5 g
	Olio di oliva extravergine	1 Cucchiaino 5 g



scuola infanzia piano alimentare (TABELLA NUTRIZIONALE)

SCUOLA INFANZIA

14° Giorno

Pranzo



Riso - Parboiled

2 Cucchiari e Mezzo 50 g



[IG:35] Salsa di pomodoro, passata di
pomodoro (se

40 g



Parmigiano grattugiato

1 Cucchiaino 10 g



Uova al pomodoro

70 g



Spinaci

60 g



Pane (media)

50 g



Pere

100 g



Olio di oliva extravergine

1 Cucchiaino 5 g



Olio di oliva extravergine

1 Cucchiaino 5 g



scuola infanzia piano alimentare (TABELLA NUTRIZIONALE)

SCUOLA INFANZIA

15° Giorno

Pranzo



Pasta - Riso (media)

40 g



[IG:35] Piselli (freschi)

50 g



Olio di oliva extravergine

1 Cucchiaino 10 g



Polpette di pesce

70 g



Insalata mista

80 g



Pane (media)

40 g



Arance

100 g



Olio di oliva extravergine

1 Cucchiaino 5 g



Olio di oliva extravergine

1 Cucchiaino 5 g



scuola infanzia piano alimentare (TABELLA NUTRIZIONALE

SCUOLA INFANZIA)

16° Giorno

Pranzo

	Riso - Parboiled	2 Cucchiari e Mezzo 50 g
	Spinaci	60 g
	Parmigiano grattugiato	1 Cucchiaino 5 g
	Coniglio	60 g
	Lattuga	50 g
	Pane (media)	40 g
	Clementine	100 g
	Olio di oliva extravergine	1 Cucchiaino 5 g
	Olio di oliva extravergine	1 Cucchiaino 5 g



scuola infanzia piano alimentare (TABELLA NUTRIZIONALE)

SCUOLA INFANZIA

17° Giorno

Pranzo

	Pasta all'uovo - secca	50 g
	Parmigiano grattugiato	1 Cucchiaino 5 g
	Olio di oliva extravergine	1 Cucchiaino 5 g
	Platessa o passera	70 g
	Bieta	100 g
	Pane (media)	50 g
	Mele	100 g
	Olio di oliva extravergine	1 Cucchiaino 5 g
	Olio di oliva extravergine	1 Cucchiaino 5 g



scuola infanzia piano alimentare (TABELLA NUTRIZIONALE

SCUOLA INFANZIA)

18° Giorno

Pranzo



Pizza - con pomodoro

100 g



Mozzarella di vacca

50 g



Prosciutto cotto

40 g



Finocchi

70 g



Olio di oliva extravergine

1 Cucchiaino 5 g



Pere

100 g



Olio di oliva extravergine

1 Cucchiaino 5 g



scuola infanzia piano alimentare (TABELLA NUTRIZIONALE)

SCUOLA INFANZIA

19° Giorno

Pranzo

	Pasta - Riso (media)	40 g
	Lenticchie	1 Cucchiaino 30 g
	Olio di oliva extravergine	1 Cucchiaino 5 g
	Frittata	60 g
	Lattuga	50 g
	Pane (media)	30 g
	Clementine	100 g
	Olio di oliva extravergine	1 Cucchiaino 5 g
	Olio di oliva extravergine	1 Cucchiaino 5 g



scuola infanzia piano alimentare (TABELLA NUTRIZIONALE)

SCUOLA INFANZIA

20° Giorno

Pranzo



Pasta all'uovo fresca (media)

60 g



Cavolfiore

70 g



Olio di oliva extravergine

1 Cucchiaino 5 g



Stracchino

40 g



Carote

50 g



Pane (media)

40 g



Arance

100 g



Olio di oliva extravergine

1 Cucchiaino 5 g